தமிழ்நாடு மகளிர் மேம்பாட்டு

முற்றம்

மலர் 11
இதழ் 05
ரூ. 5/-
செப்டம்பர் 2009

மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்களுக்கான மாத இத

கல்லும் சொல்லும் பழங்காலப் பெண்டிர் நிலை »16

வாழ்ந்து காட்டுவோம் வெல்லப் போவது நிச்சயம் »28

நேர்காணல்
கல்பனா சாவ்லா விருது பெற்ற ஆர். ராஜலட்சுமி »22

ஊரக வளர்ச்சி மற்றும் ஊராட்சித் துறை

நவராத்திரி

விற்பனைக் கண்காட்சி

மக்கள் மனம் கவர்ந்த ஓணம்

இனி ஒரு விதி செய்வோம்!

எச்.ஐ.வி. உள்ளவர்களும்
நம்மைப் போன்ற மனிதர்களே
அவர்களுக்கும்
வளர, வாழ, படிக்க, பழக
உரிமை உண்டு

உரிமை காக்க
உடன் நிற்போம்

தமிழ்நாடு மாநில எய்ட்ஸ் கட்டுப்பாடு சங்கம்

தொலைபேசி : 044-2819 0891, 2819 0467

உள்ளே...

மூட்டு வலி 6

தைலம் போன்றவற்றை உபயோகிக்கும் போது மட்டும்வலியிலிருந்துநிவாரணம்பெறுகிறீர்களா? அப்படி எனில் நீங்கள் 'ஆர்திரிடிஸ்' மூலம் பாதிக்கப்பட்டிருக்கலாம்.

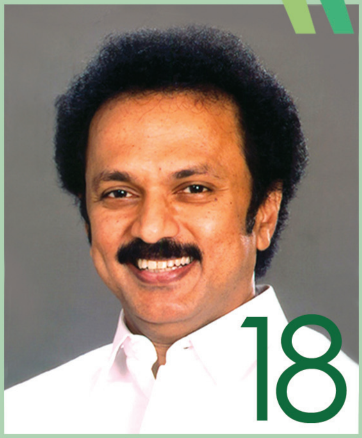
வேலை போச்சு... 8

(பேரறிஞர் அண்ணா அவர்களின் சிறுகதை)

இனியாவது எழுந்து போய்ச் சாமி காலிலே விழுந்து கும்பிடுவோமா என்ற எண்ணம் உண்டாயிற்று.

வெற்றியை நோக்கி ஒரு பயணம் 10

சுய உதவிக் குழுக் கூட்டங்களை தமிழ்த்தாய் வாழ்த்துடன் துவங்குவது மிகவும் அவசியம்.



18 உடல் உறுப்புகளை தானம் செய்யுங்கள்!

- துணை முதல்வர் திரு. மு. க.ஸ்டாலின் அவர்கள்

வணிகம்

25

மக்கள் மனம் கவர்ந்த ஓணம் 20

கௌரவமா வாழுறமே இப்போ! 32

ஊரக வளர்ச்சி மற்றும் ஊராட்சித்துறை

தமிழ்நாடு மகளிர் மேம்பாட்டு

முற்றம்

மலர் 11 இதழ் 05 செப்டம்பர் 2009

கௌரவ ஆசிரியர்
திரு. த. உதயச்சந்திரன், இ.ஆ.ப.,
மேலாண்மை இயக்குநர்,
தமிழ்நாடு மகளிர் நல மேம்பாட்டு நிறுவனம்

ஆசிரியர்
திரு. எஸ். சின்னப்பன்
செயலர், முற்றம்

நிர்வாக ஆசிரியர்
திரு. ம. மனோகர சிங்
கூடுதல் இயக்குநர்,

பொறுப்பாசிரியர்
திரு. வெ. இராமமூர்த்தி
மக்கள் தொடர்பு அலுவலர்,

நிதி நிர்வாகம்
திரு. எம். வி. சுப்ரமணியன்
நிதி ஆலோசகர்

ஆசிரியர் குழு
திரு. கோ. காந்தி காளிதாசன்
முதுநிலை மேலாளர் – கணினி

திருமதி. கா. காளத்தி
திட்ட ஒருங்கிணைப்பாளர், டி.என்.வி.ஆர்.சி.,

வாழ்ந்து காட்டுவோம் திட்டம்
திருமதி. மாலதி ஹெலன்
தகவல் தொடர்பு வல்லுநர்,

உதவி ஒருங்கிணைப்பாளர் – முற்றம்
திரு. ஏ. கண்ணன்

கணக்கர்
திருமதி. சு. சசிகலா

கணினி வடிவமைப்பு
திரு. மு. செல்வம்

பிழை திருத்துபவர்
திரு. எஸ். எஸ். ரவிச்சந்திரன்

தொடர்பு கொள்ள வேண்டிய முகவரி :
ஆசிரியர், 'முற்றம்'
தபால் பெட்டி எண். 3226
100, அண்ணா சாலை, கிண்டி,
சென்னை – 600 032.
தொலைபேசி: 044-2230 1801,
4202 7635
தொலைநகல்: 044-4202 7635,
044-2235 2751

முற்றம் இதழ் தமிழ்நாடு மகளிர் நல மேம்பாட்டு நிறுவனத்தின் ஆதரவுடன் வெளியிடப்படுகிறது

ஆசிரியரிடமிருந்து

அறிவுக் கண்கள் திறக்கட்டும்

வாசகர்களே,

எழுத்தறிவு நாள் செப்டம்பர் மாதத்தில் உலகளவில் அனுசரிக்கப்பட்டு வருகிறது. எழுத்தறிவானது ஒரு மனிதனின் அனைத்து விதமான வளர்ச்சிக்கும் அடிப்படையாகும். இவ்வளவு முக்கியத்துவம் வாய்ந்த அடிப்படை தேவையை அனைவரும் சமமாகப் பெற்றிருக்க வேண்டியது அவசியமானது. அனைத்து மக்களும் எழுத்தறிவு பெறுவதற்கு அரசு மற்றும் பல்வேறு சமூக நல அமைப்புகள் முயற்சிகளை மேற்கொண்டு வருகின்றன. எழுத்தறிவு இயக்கங்கள், பிரச்சாரங்கள், பயிற்சிகள் என பல்வேறு செயல்பாடுகளை செய்து வருகின்றன. ஏழை எளிய மக்கள் உட்பட அனைவரும் எழுத்தறிவு பெற்றிருக்க வேண்டும் என்பதற்கான விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்தும் நோக்கில் இந்த எழுத்தறிவு தினம் அனுசரிக்கப்பட்டு வருகிறது. ஒரு நாட்டின் வளர்ச்சியை அளப்பதற்கு அந்த நாட்டு மக்கள் பெற்றுள்ள எழுத்தறிவு சதவிகிதம் கூட ஒரு முக்கிய அளவுகோலாக விளங்குகிறது.

சுய உதவிக் குழுக்களில் உள்ள அனைத்து உறுப்பினர்களும் எழுத்தறிவும், எண்ணறிவும் பெற்றிருக்கின்றனரா என்பதை ஒவ்வொரு குழுவும் ஆழ்ந்து சிந்திக்க வேண்டும். கையொப்பம் போடத் தெரிந்தால் மட்டுமே வங்கியில் கடன் பெற முடியும் என்ற கட்டுப்பாட்டினை சில குழுக்கள் கடைப்பிடித்து வருவது பாராட்டுக்குரியது. அனைத்து குழுக்களிலும் இதுபோன்ற சமூக வளர்ச்சிப் பணிகள் மேற்கொள்ளப்பட வேண்டும்.

மனிதனின் அறிவுக் கண்களை திறக்கும் ஆசிரியர் தினத்தையும் ஒவ்வொரு செப்டம்பர் மாதமும் கொண்டாடி வருகிறோம். ஆசிரியர் தொழிலின் புனிதத்தையும், மகத்துவத்தையும் மதிப்பதற்காகவே ஆசிரியர் தினம் கொண்டாடப்படுகிறது. காரணம் குழந்தைகளை சரியாக உருவாக்குதன் மூலம் நாட்டின் வளர்ச்சிக்கே அடித்தளம் இடுபவர்கள் ஆசிரியர்கள்தான். எனவேதான் அரசும் அவர்களுக்கு சிறப்பான சலுகைகளை வழங்கி பெருமைப்படுத்தி வருகிறது.

ஆசிரியர் பணி என்பது தொழில் அல்ல. மாறாக அது சேவையாகவே இருக்க வேண்டும். இந்த நாடு மற்றும் சமூக வளர்ச்சிக்கு சிறந்த ஆலோசனைகளை வழங்கும் அறிவு ஜீவிகளாகவும் ஆசிரியர்கள் திகழ வேண்டும். அதற்காக ஆசிரியர்கள் தங்களை தகுதி உள்ளவர்களாக தயார் செய்து கொள்ள வேண்டும். பாடப் புத்தகங்களை வாசித்து காட்டுவது மட்டுமே கடமையல்ல. ஆசிரியர் – மாணவர் உறவு கேலியும் கிண்டலுமாக இராமல் தூய்மையானதாக இருக்க வேண்டும். ஆசிரியர்களை இந்தச் சமுதாயம் மதிக்கக் கற்றுக் கொள்ள வேண்டும்.

சாதி மத வேறுபாடுகளுக்கு அப்பாற்பட்டு, மக்கள் மத்தியில் ஒரு முன்மாதிரியாக விளங்க வேண்டியது ஆசிரியர்களின் மிகப் பெரிய கடமையாகும். மனிதன் மனிதனாக மதிக்கப்பட வேண்டும் என்ற பகுத்தறிவு கல்வியினை சமுதாயத்திற்கு கற்றுத் தந்த தந்தை பெரியார் போன்றவர்களும் ஆசிரியர்களே. சுய உதவிக் குழுக்களின் தலைவர்கள் அனைவரும் தங்கள் குழு உறுப்பினர்களுக்கு பல்வேறு கருத்துக்களை கற்றுத் தரும் சிறந்த ஆசிரியர்களாக விளங்க வேண்டும்.

இப்படிக்கு

(எஸ். சின்னப்பன்)
முற்றம் ஆசிரியர்

பயனுள்ள ஒன்று

கடந்த முற்றம் இதழில் வெளியான இளைஞர்களுக்கு வழங்கப்படும் திறன் பயிற்சிகள் குறித்த சிறப்பு கட்டுரையும், வழக்கறிஞர் அருள்மொழி அவர்களின் நேர்காணலும் மிகவும் பயனுள்ள ஒன்றாகும். இனிவரும் இதழ்களிலும் மேலும் புதிய செய்திகளை எதிர்பார்க்கிறோம்.

வீ. கல்பனா,
வெங்கரை.

அருமையாக இருக்கிறது

முற்றம் இதழில் வெளியாகும் அனைத்து பகுதியும் அருமையாக இருக்கிறது. எங்களின் குழு ஆரம்பித்த திலிருந்து முற்றம் இதழை படித்து வருகிறோம். பினாயில், சோப்பு பவுடர், மெழுகுவர்த்தி போன்ற பொருட்களின் செய்முறைகளும், மூலப் பொருட்கள் குறித்த விபரங்களையும் வெளியிட்டால் எங்களைப் போன்றவர்களுக்கு உபயோகமாக இருக்கும்.

திருமதி. டி. உமாராணி,
ஸ்ரீ சரஸ்வதி மகளிர்
சுய உதவிக் குழு, நாடழகானந்தல்,
திருவண்ணாமலை.

www.tamilnaduwomen.org/murtram

புரிந்து கொண்டோம்

ஆகஸ்ட் மாத முற்றம் இதழில் அரசுச் செய்திகள் பகுதியில் வெளியான மருத்துவக் காப்பீடு குறித்த கட்டுரையை படித்தேன். ஏழை மக்களுக்கு அரசு அறிவித்து வரும் நலத் திட்டங்கள் குறித்து புரிந்து கொண்டோம். இதுபோன்ற பயனுள்ள கட்டுரைகளை தொடர்ந்து வெளியிட வேண்டுகிறேன்.

திருமதி. கற்பகம்,
சிகப்பு மல்லி மகளிர் குழு,
திருவையாறு,
தஞ்சை.

மகிழ்ச்சி ஒளி

சென்ற மாத முற்றத்தில் வெளிவந்த காஞ்சிபுரம் மாவட்ட வாழ்ந்து காட்டுவோம் திட்டத்தின் செயல்பாடுகள் குறித்த கட்டுரைகள் அனைத்தும் சிறப்பாக இருந்தன. ஏழைகளின் வாழ்வில் வறுமை இருளினை அகற்றி மகிழ்ச்சி ஒளியினை ஏற்றும் வறுமை ஒழிப்புத் திட்டத்தின் செயல்பாடுகள் பாராட்டுக்குரியதே.

திருமதி. லதா ஐயப்பன்
ரோஸ் மகளிர் சுய உதவிக் குழு,
பேட்டை, திருநெல்வேலி.

“அரசுச் செய்திகள் பகுதியில் வெளியான மருத்துவக் காப்பீடு குறித்த கட்டுரையை படித்தேன். ஏழை மக்களுக்கு அரசு அறிவித்து வரும் நலத் திட்டங்கள் பற்றி புரிந்து கொண்டோம்.”

கவிதை, உடல் நலக் குறிப்புகள், சிறப்புக் கட்டுரைகள், தங்கள் பகுதியில் நடைபெறும் சுய உதவிக் குழுக்கள் சம்பந்தப்பட்ட நிகழ்ச்சிகள் போன்றவற்றை சுய உதவிக் குழு உறுப்பினர்கள் தக்க புகைப்படத்துடன் அனுப்பினால் அவைகளில் தகுதி வாய்ந்தவைகள் முற்றம் இதழில் பிரசுரிக்கப்படும். மேலும் சுய உதவிக் குழுக்களின் வெற்றிக் கதைகள், குழுவின் செயல்பாடுகள் போன்றவற்றையும் புகைப்படத்துடன் அனுப்பினால் அவைகளும் முற்றம் இதழில் பிரசுரிக்கப்படும்.

– ஆசிரியர், முற்றம்

மின்னஞ்சல் : wdcmutram@yahoo.com wdcmutram@gmail.com

நவராத்திரி விற்பனைக்

தமிழ்நாடு மகளிர் நல மேம்பாட்டு நிறுவனத்ன் வழிகாட்டுதலின் கீழ் செயல்பட்டு வரும் மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்கள் பல்வேறு பொருட்களை உற்பத்தி செய்து, அவைகளை விற்பனை செய்வதன் மூலம் வருவாய் ஈட்டுகின்றனர். மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்களை ஊக்குவிக்கவும், அவைகளின் உற்பத்திப் பொருட்களை விற்பனை செய்திடவும் விற்பனைக் கண்காட்சிகள் மகளிர் திட்டத்தின் மூலம் நடைபெற்று வருகின்றன

ஆண்டுதோறும் தமிழ்நாடு மகளிர் நல மேம்பாட்டு நிறுவனத்தின் சார்பில் சென்னையில் மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்கள் உற்பத்தி செய்யும் பொருட்களின் நவராத்திரி விற்பனைக் கண்காட்சி நடைபெற்று வருவது அனைவரும் அறிந்ததே.

இவ்வாண்டும் சென்னை மயிலாப்பூர் கற்பகாம்பாள் திருமண மண்டபம் மற்றும் வேலூர் லக்ஷ்மி அம்மாள் கல்யாண மண்டபம் ஆகிய இடங்களில் 16.09.2009 முதல் 01.10.2009 வரை நவராத்திரி விற்பனைக் கண்காட்சி நடைபெறுகிறது.

இக்கண்காட்சியினை மாண்புமிகு தமிழக துணை முதல்வர் திரு. மு.க.ஸ்டாலின் அவர்கள் துவக்கி வைத்தார். முன்னதாக ஊரக வளர்ச்சி மற்றும் ஊராட்சித் துறையின் அரசு முதன்மைச் செயலர் திரு. க. அஷோக் வர்தன் ஷெட்டி, இ.ஆ.ப., அவர்கள் முன்னிலை வகித்தார்.

இக்கண்காட்சியில் தமிழகத்தின் அனைத்து மாவட்டங்களிலும் செயல்படும் மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்களின் உற்பத்திப் பொருட்களான கொலு பொம்மைகள், மரச் சிற்பங்கள், கண்கவர் கண்ணாடி பொருட்கள், சுற்றுப்புறச் சூழலுக்கு உகந்த

துணை முதல்வர் அவர்கள் பார்வையிட்டு அங்கு விற்பனைக்கு வைக்கப்பட்டிருந்த பொருட்களைப் பற்றிய விபரங்களைக் கேட்டறிந்தார்.

கண்காட்சி

பாக்கு மரத் தட்டுகள், பனை ஓலையால் செய்யப்பட்ட பொருட்கள், தஞ்சாவூர் அலங்காரத் தட்டுகள், கண்ணாடி ஓவியங்கள், மங்கையர் மனங்கவரும் ஆடைகள், புதுமைமிகு ஆபரணங்கள், உடலுக்கு ஊறு விளைவிக்காத சுவை மிகுந்த உணவுப் பொருட்கள், வீட்டு உபயோகப் பொருட்கள், மலைவாழ் மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்கள் உற்பத்தி செய்யும் மூலிகை பொருட்கள், அலங்காரப் பொருட்கள், உலோகம் மற்றும் மண் பொம்மைகள், அழகிய பரிசுப் பொருட்கள் மற்றும் கிராமப்புற கைவினைப் பொருட்கள் போன்றவை விற்பனைக்கு வைக்கப்பட்டுள்ளன.

மேலும் கடல் சார்ந்த பகுதிகளில் செயல்படும் மகளிர் சுய உதவிக் குழுவினர் உற்பத்தி செய்துள்ள கடல் சார் பொருட்களும் இக்கண்காட்சியில் விற்பனைக்கு வைக்கப்பட்டுள்ளன.

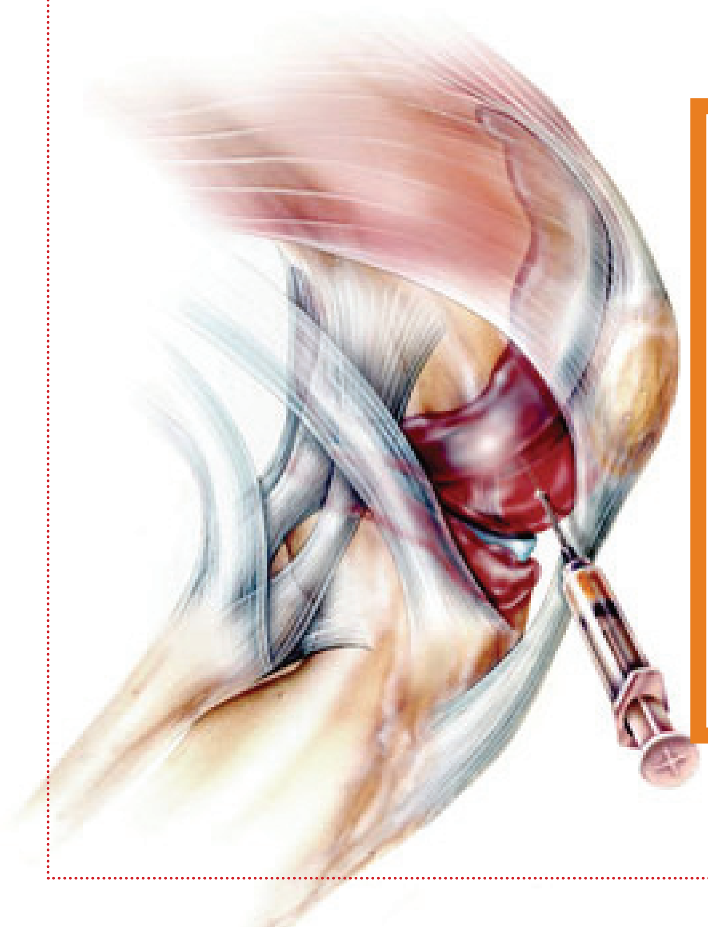
இந்தக் கண்காட்சியினைத் துவக்கி வைத்து மாண்புமிகு துணை முதல்வர் திரு. மு. க. ஸ்டாலின் அவர்கள் உரையாற்றுகையில், 'சுய உதவிக் குழுக்கள் உற்பத்தி செய்யும் பொருட்களின் விற்பனைக் கண்காட்சி ஆண்டுதோறும் மாநில அளவில் நடத்தப்படுகிறது. மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்களின் தொழிற்திறனை மேம்படுத்தவும், உற்பத்திப் பொருட்களை விற்பனை செய்ய வாய்ப்பளிக்கவும் இதுபோன்ற கண்காட்சிகள் நடத்தப்படுகின்றன. இக்கண்காட்சியில் 32 மாவட்டங்களில் உள்ள மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்கள் பங்கேற்றுள்ளன.

மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்களால் தயாரிக் கப்படும் பொருட்களை விற்பனை செய்ய, மாநில அளவில் நிரந்தர விற்பனைக் கூடம் சென்னை வள்ளுவர் கோட்டம் அருகில் 2010ஆம் ஆண்டு மார்ச் மாதம் திறக்கப்பட உள்ளது. நான்குதளங்களைக்கொண்ட இந்த விற்பனைக் கூடம் 13 கோடியே 99 இலட்சம் ரூபாயில் கட்ட மதிப்பிடப்பட்டுள்ளது' என்று குறிப்பிட்டார்.

மேலும் கண்காட்சியில் அமைக்கப்பட்டிருந்த அரங்குகள் அனைத்தையும் மாண்புமிகு துணை முதல்வர் அவர்கள் பார்வையிட்டு அங்கு விற்பனைக்கு வைக்கப்பட்டிருந்த பொருட்களைப் பற்றிய விபரங்களைக் கேட்டறிந்தார்.

நியாயமான விலையில் தரமான பொருட்கள் நிறைந்துள்ள இக்கண்காட்சி செப்டம்பர் 16ஆம் தேதி முதல் அக்டோபர் 1ஆம் தேதி வரை தினசரி காலை 10 மணி முதல் இரவு 8.30 வரை நடைபெறுகிறது.

இக்கண்காட்சியினை ஏராளமானவர்கள் கண்டு களித்து, குறைந்த விலையில் தங்களின் மனம் கவர்ந்த பொருட்களை வாங்கிச் செல்கின்றனர்.



பருவகால மாற்றங்கள் நம் உடலில் சில குறிப்பிடும்படியான மாற்றங்களை ஏற்படுத்தும். குறிப்பாக மழைக்காலம் வந்தாலே பல்வேறு நோய்த் தொல்லைகள் வந்துவிடும். மரத்துப்போன மூட்டு இணைப்பில் நடுக்கத்துடன் கால்தாங்கலாக நடக்க வேண்டிய நிலையும் மழைக்காலத்தில் வரும் மோசமான உடல் பாதிப்பாகும்.

ஆர்த்திரிடிஸ்

மூட்டு வலி

தினசரி வாழ்க்கையில் நீங்கள் காலை எழுந்திருக்கும் போது முழங்காலை மடக்க முடியாமல் போய் விடுகிறதா? கால் தாங்கலாகத்தான் நடக்க வேண்டியிருக்கிறதா? கடந்த காலத்தில் இப்பிரச்சனை வந்து, தீர்ந்து தற்போது உறக்கத்தில் யாரோ அமுழுத்துவது போன்ற உணர்வு வருகிறதா? நீங்கள் நோய் வாய்ப்பட்ட சமயங்களில் தைலம் போன்றவற்றை உபயோகிக்கும் போது மட்டும் வலியிலிருந்து நிவாரணம் பெறுகிறீர்களா? அப்படி எனில் நீங்கள் 'ஆர்த்திரிடிஸ்' மூலம் பாதிக்கப்பட்டிருக்கலாம்.

ஆர்த்திரிடிஸ் என்றால் என்ன?

அறிவியலின்படி ஆர்த்திரிடிஸ் என்பது முழங்கால் மூட்டில் ஏற்படும் வீக்கமாகும். முழங்கால் அழற்சி மூலம் வலி, முழங்கால் மடக்க முடியாமை மற்றும் வீக்கம் ஆகியவை முழங்கால் மூட்டில் உண்டாகிறது. இன்றைய நிலையில் 100க்கும் அதிகமான முழங்கால் நோயின் வகைகள் கண்டறியப்பட்டுள்ளன.

பொதுவாக முழங்கால் வலி ரியூ மேட்டாய்டு ஆர்த்திரிடிஸ், ஆஸ்டியோ ஆர்த்திடிஸ் என இரண்டு வகையாக பிரிக்கப்பட்டுள்ளது.

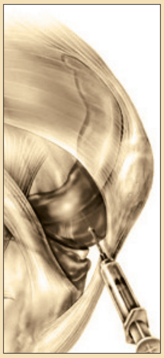
1. வலி அழல் கீல் (ரோ மேட்டாய்டு ஆர்த்திரிடிஸ்)

உடலில் இரத்த வெள்ளையணுக்கள் நோய் எதிர்ப்பு சக்திக்கு அரணாக இருக்கின்றன. நோய் எதிர்ப்பு செல்கள் நீண்ட நேரம் உடல் செல்களுக்கும், தீங்கிழைக்கும் மற்ற பொருள்களுக்குமிடையேயான வேறுபாட்டை அறிவதில்லை. இதனால் அவை உடல் செல்களை தாக்க

ஆரம்பிக்கின்றன. முழங்கால் மூட்டிலுள்ள சவ்வு இதனால் வீக்கமடைந்து விறைப்புத் தன்மை அடைந்து சிவப்பாக மாறும். இவற்றுடன் மூட்டு வலியும் ஏற்படுகிறது. மோசமான நோய் பாதிப்பினால் சில நேரங்களில் மூட்டுகள் செயலிழந்து விடுகின்றன. இந்நேரத்தில் இந்நோய் ஒன்றுக்கும் மேற்பட்ட மூட்டுக்களை பாதிக்கிறது. பெரும்பாலும் ஆண்களைக் காட்டிலும் பெண்களுக்கு இந்நோய் அதிக பாதிப்பை ஏற்படுத்துகிறது.

2. அழல் கீல் நோய் (ஆஸ்டியோ ஆர்திரிடிஸ்)

உடல் எடை அதிகமாகி முழங்கால் மூலமாக அதிக எடையை தாங்கும்போது இந்நோய் ஏற்படுகிறது. முழங்கால் மூட்டு இணைப்பின் மீது மிருதுவாக உள்ள சவ்வு கிழிந்து விடுதல் மற்றும் நீங்கி விடுவதால் எலும்புகள் ஒன்றுடன் ஒன்று நேரிடையாக உராய்வதால் வலி வீக்கம் போன்றவை ஏற்படுகிறது. இவ்வகை நோய் உடலின் மற்ற பாகங்களைப் பாதிப்பதில்லை. மூட்டுகளை மட்டுமே பாதிக்கிறது.



மூட்டு வலி ஏற்படக் காரணங்கள்

1. உடலுக்கு ஒவ்வாத உணவுகளை சாப்பிடும் போது,
2. அதிகக் குளிர்ச்சி மற்றும் வெப்பமான கால சூழலிலே இருத்தல்
3. அதிக உடல் உழைப்பு, எவ்வித உடற்பயிற்சியும் இல்லாமை
4. குறிப்பிட்ட காலத்தில் மூட்டு இணைப்பு சவ்வு வளராமை மற்றும் சாதாரணமாக முழங்கால் மூட்டுகள் மீது சவ்வுகள் போர்த்தப்படாமை
5. வழக்கத்திற்கு மாறாக உடல் எடை அதிகரித்தல்
6. சமீபத்தில் மோசமான உடல் பாதிப்பு மற்றும் நீண்டநாள் நோய்வாய்ப்பட்டிருத்தல்
7. ஏதாவது எலும்பு மூட்டு தசையில் இரத்தம் உறைந்து விடுதல்

மூட்டு இணைப்பு சவ்வினில் வீக்கம், எலும்பு மூட்டின் மேற்பகுதியில் சவ்வுப் பகுதி நன்கு மூடப்படாததால் ஏற்படும் மூட்டு வீக்கம், கீல் வீக்கம் போன்ற நாட்பட்ட நோய்கள் போன்றவற்றால் மூட்டு வலி ஏற்படுகிறது.

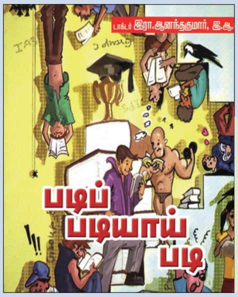
உடலிலுள்ள ஒவ்வொரு உறுப்பிலும் திசு மற்றும் செல்லிலும் கூட வாதம், பித்தம் மற்றும் கபம் ஆகிய காரணிகள் உள்ளன. ஒருவர் தன் உடலில் வாதம், பித்தம் மற்றும் கபம் ஆகிய காரணிகளை நடுநிலையுடன் வைப்பதன் மூலம் உடல் ஆரோக்கியத்தைப் பேணலாம். இல்லையேல் இக்காரணிகளே பல்வேறு நோய்கள் ஏற்பட வழிவகுத்து விடும்.

அதிக நடை, நீண்ட தூரம் பயணம் செய்தல், அளவுக்கு அதிகமான உடற்பயிற்சி, போதுமான உறக்கமின்மை, குளிர், அதிகமான காற்று, வெப்பமான பகுதிகளில் இருத்தல் ஆகிவற்றின் காரணமாக உணவு நன்கு செரிக்கப்படாத நிலை உருவாகிறது. செரிக்கப்படாத உணவுப் பொருட்கள் எலும்பு மூட்டுகளில் படிவதால் மூட்டுகளில் வலி ஏற்படுகிறது.

> முழங்கால் மூட்டு இணைப்பின் மீது மிருதுவாக உள்ள சவ்வு கிழிந்து விடுதல் மற்றும் நீங்கி விடுவதால் எலும்புகள் ஒன்றுடன் ஒன்று நேரிடையாக உராய்வதால் வலி மற்றும் வீக்கம் ஏற்படுகிறது.

காலையில் விழிக்கும் போது அதிக வலியுடன் வெதுவெதுப்பான தன்மை உடலிலிருந்தால் அது ரியூ மேட்டாய்டு நோயின் அறிகுறியாகும். குளிர் காலங்களில் நடக்கும் போதோ அல்லது உடற்பயிற்சி செய்யும்போதோ மூட்டுகளில் அதிக வலி ஏற்பட்டால் அது ஆஸ்டியோ ஆர்திரிடிஸ் நோயின் அறிகுறியாகும். இந்த இரண்டு நோய்களையும் சாதாரணமாக வரும் வலியை வைத்துக் கண்டறியலாம்.

நூல் அறிமுகம்



படிப் படியாய் படி

(தன்னம்பிக்கை வசனம் பேசும் காகித சினிமா)
டாக்டர் இரா. ஆனந்தக்குமார், இ.ஆ.ப.,
வெளியீடு: மேக்னாஸ் பதிப்பகம்,
5–ஏ, போயஸ் சாலை,
தேனாம்பேட்டை, சென்னை–18.
தொலைபேசி: 044 – 42173887
பக்கங்கள்: 120 விலை: ரூ. 60/–

இளைஞர்கள் போட்டிகள் நிறைந்த சூழலில் தங்களை தயார் செய்து கொள்ள என்ன செய்ய வேண்டும் என்ற கேள்விக்கு விடை...இளைஞர்களின் எண்ண ஓட்டத்தை அறிந்து, 'உனக்கு என்ன தேவை என்பதை முடிவு செய், உலகம் அதைத் தர தயாராக இருக்கிறது' என்பதை அனுபவப்பூர்வமாக விளக்குவது இந்நூலின் சிறப்பம்சமாகும்.

நூல் அறிமுகம்

மகளிருக்கான மகத்தான தொழில்கள்

சுப. தனபாலன்,
வெளியீடு: சோலைத் தேனி
7, 12வது கிழக்கு குறுக்கு சாலை,
காந்தி நகர், வேலூர் – 632 006.
பக்கம்: 288
விலை: ரூ. 120/–

சொந்தக் காலில் நிற்க விரும்பும் மகளிர் எவரும் படிக்கலாம். எப்போது வேண்டுமானாலும் படிக்கலாம், எங்கும் படிக்கலாம். எதற்காகவும் படிக்கலாம். மொத்தத்தில் படித்தால் பயன் பெறலாம். சுய உதவிக் குழுக்களை அமைக்க விரும்புபவர்களும், ஏற்கனவே அமைத்து நடத்துபவர்களும் படிக்க ஏற்ற நூல் இதுவாகும். இந்த நூலை மற்ற நூல்களைப் போல் வரிசைப்படிதான் படிக்க வேண்டும் என்கிற கட்டாயம் இல்லை. உங்களுக்கு எந்தப் பகுதியை படிக்க விருப்பம் உள்ளதோ அந்தப் பகுதியில் இருந்து படிக்கலாம்.

ஏன் சாமி! என்று வேறோர் குரலும் கேட்டது. நான், சாமியார் நமச்சிவாயம் என்று சொன்னதும் ஆண்டவன் பெயரைச் சொல்கிறார் என்று நினைத்துக் கொண்டேன். இது ஒரு ஆசாமியினுடைய பெயர் என்று அப்போதுதான் தெரிந்தது. அவனும் சாமியாரும் ஏதேதோ பேசி விட்டு, அந்தக் கலியாணப் பேச்சையே ஆரம்பித்து விட்டனர். எனக்கு பகீர் என்றாகி விட்டது. சரி நம்மைத்தான் திட்டப் போகிறார்கள் என்ற நினைப்பிலே, அதற்குத் தகுந்தாற்போல, யாரு சாமி பேப்பரிலே எழுதினவன் தாறுமாறாக? என்று வேறு நமச்சிவாயம் கேட்டுத் தொலைத்தான்.

அறிஞர் அண்ணா அவர்களின் சிறுகதை

வேலை போச்சு...

சாமியார் சிரித்து விட்டு, எழுதினவன் பேரில் தவறு இல்லை! அவனிடம் இருக்கிற கம்பாசிடர் ஒரு குருட்டுப் பயல் போலிருக்கு! அவன் அச்சு கோர்த்த போது, தப்பும் தவறு மாகச் செய்து விட்டான்! என்றார் சாமி யார். சிரிக்கிறீரே சாமி! அந்தப் பயல் செய்த காரியத்துக்கு! என் எதிரே கிடைத்தால்?... என்றான் நமச்சிவாயம். ஐயோ! வேலாத்தாள் கோபமே பரவாயில்லையே, அடிபட்டாலும், வசவு கேட்டாலும். நம்ம மனைவி தானே என்ற சமாதானமாவது இருக்கும். இந்தப் பயல் யாரோ? வழியே போகிறவன், இவனல் லவா கறுவுகிறான் என்று தோன்றிற்று. என்ன செய்வது, இடபேதம். பேசாமல் கிடந்தேன்.

சாமியார் என் பக்கம் பரிந்து பேசலானார். அவன் செய்த தவறிலே கூட எவ்வளவோ உண்மை இருக்கிறது நமசிவாயம். உண்மை யைச் சொல்ல வேணுமானா, நான் காவடி கைங்கரியம் நடத்தி இந்தச் சாவடியைக் கட்டிச் சாமி காவடியானந்தர் என்று பெயரெடுத்தேன்! இந்தக் கம்பாசிட்டர் கை தவறுதலாக, காமி சாவடியானந்தர் என்று அச்சடித்து விட்டான். அது ஒன்று தவிர, பெரும்பாலும் மற்றது உண்மையேதான்! என்றார். எனக்குத் தூக்கி வாரிப்போட்டது! நமச்சிவாயத்துக்கு அப்படித்தானே இருந்திருக்கும்! நான் பேச முடியாத நிலை. அவனுக்கென்ன பயம்! பேசினான் கோபமாகவே! வேடிக்கை பேசுகிறீர் சாமியாரே!, அந்த முட்டாள்! விசாலாட்சி விவாகம் என்பதை விவாதம் என்று அச்சடித்திருக்கிறான். அவனுக்குப் பரிந்து பேசுகிறீர்களே! என்று கேட்டான்.

முட்டாளாம் நான், என்ன செய்ய, என் மனைவியும் அதையேதான் வேறே பாசையிலே சொன்னாள். உங்க புத்தி இருக்கே, உலக்கை கொழுந்து! என்று சொன்னாள், கோபம் வந்தது எனக்கு. இவன் என்னை முட்டாள் என்று அழுத்தந்திருத்தமாகக் கூறுகிறான், போறாத காலம்! சாமியார், நமச்சிவாயம் விவாகம் என்று அச்சடிப்பதை

விவாதம் என்று அச்சு அடித்ததுதான் பொருத்தம். ஏனென்றால் இந்தக் கலியாணத்தில் விசாலாட்சிக்குக் கொஞ்சம் கூட இஷ்டம் கிடையாது! தன் தாயாரிடம் இதுபற்றி விவாதித்தாள். ஆகவே அவன் விவாகம் என்பதை விவாதம் என்று அச்சடித்தது, உண்மை அவனுடைய கை தவறுதலாலே வெளிவந்தது என்றுதான் அர்த்தம். ஏன் விசாலாட்சிக்கு இஷ்டம் இல்லை? என்று கேட்டான் நமச்சிவாயம். சாமியார் கேட்டார், மாப்பிள்ளை பெயர் என்ன? என்று. மணி அரசு என்றான் நமச்சிவாயம். அதைத்தானே அந்தப் பயல் பிணி அரசுஎன்றுஅச்சடித்தான்? என்றுகேட்டார்சாமியார்.அதற்காக அந்தப் பிரகஸ்பதியைப் பாராட்டுகிறீரா? என்று நமச்சிவாயம் கேட்டான். சாமியார், அவன் கை தவறி, மணி அரசு என்பதை பிணி அரசு என்று அச்சடித்தான். ஆனால் தெரிந்தே அப்படி அச்சடித்தாலும் தவறு இல்லை. ஏனெனில் உண்மையிலேயே மாப்பிள்ளை நோயாளிதான், அவனுக்கு காமாலை வியாதி என்றார் சாமியார். நான் பூரித்துப் போனேன்.

குடும்பமும் வேண்டாம்! இந்தக் குடைச்சலும் வேண்டாம்! பேசாம வீட்டை விட்டு வெளியேறினேன். நடந்து கொண்டே யோசித்தேன்.

நோயாளியை மணம் செய்து கொள்ளும் பெண்ணின் பெயர் விசாலம் என்று இருந்தால் என்ன, அவன் தவறாக அச்சடித்தானே விசாரம் என்று, அதுதான் பொருத்தம்! என்று சாமியார் கூறினார். நமசிவாயத்தின் வாய் அடங்கி விட்டது. எனக்கோ துடிதுடிப்பு. எழுந்து போய்ச் சாமியாரின் காலிலே விழ வேண்டும் என்று. அடக்கிக் கொண்டு படுத்திருந்தேன். யோசிக்கப்போனால்அந்தக்கம்பாசிட்டர்செய்தது ஒன்றுகூடத் தவறு கிடையாது. காசு மாலை மாப்பிள்ளை போட்டது, அவன் காமாலைக்காரன், ஆகவே காசுமாலை என்று அச்சிடாமல் காமாலை என்று அச்சிட்டதிலே எழுத்திலே பிழையே தவிர உண்மையிலே பிழையில்லை! வேதம் என்பதை பேதம் என்று அச்சடித்தான். வேதம் உண்மையிலேயே, ஜாதி குலம் முதலிய பேதத்தை ஏற்படுத்தத் தோன்றியதே!

மேலும் கலியாணத்தில் மொய் எழுதினார்களே, அதிலே பெரும்பகுதி பொய்தான். வெறும் கௌரவத்திற்காக, எந்தெந்த ஊரிலிருந்தோ, யாராரோ, ஐம்பதும் நூறும் மொய் அனுப்பியதாக பொய் சொன்னார்கள். ஆகையால் மொய் என்பதற்குப் பதில் பொய் என்று அச்சடித்ததும் சரியே! என்றார் சாமி. நமசிவாயத்தின் கோபம், என் மீது இருந்தது போய் விட்டது. முகுந்தராஜரின் மீது பாய்ந்தது. பெண்ணை ஒரு நோயாளிக்கா கலியாணம் செய்து கொடுத்தான்? பாவம் அந்தப் பெண் வேண்டாமென்று மறுத்துமா அதன் தலையிலே அந்தக் காமாலைக்காரனைக் கட்டி வைத்தான்? என்று நமச்சிவாயம் ஏசலானான்.

இப்படிப்பட்ட தவறுகள் நடைபெறுவதை அனுமதிக்கிறோம், ஆசீர்வாதம் செய்கிறோம். அவர் இஷ்டம் என்று கூறுகிறோம். அதனதன் விதி என்று கூறுகிறோம். இரண்டு பேருடைய வாழ்க்கையை அந்த ஒரு ஆசாமி தன் இஷ்டத்திற்கு ஏற்றபடி வளைத்து விட்டான்.

அதைத் திருத்தவும் முடியாது. கண்டிப்பதும் கூடாது. பாவம் அந்தக் கம்பாசிட்டர் என்னமோ கைதவறித் தப்பாக அச்சுக் கோர்த்து விட்டான். அவனை நான் மடையன், குருடன், என்றெல்லாம் திட்டினேன். விசயத்தைப் பார்க்கப் போனா அவன் கைக்குத் தங்கத் தோடா போடணும் போல இருக்கு! என்று கூறினான் நமச்சிவாயம்.

எனக்கு ஆனந்தம்! அவன் தங்கத்தோடா கூடப் போடத் தேவையில்லை. அவன் சொன்ன வார்த்தை, வைரத் தோடு போல இருந்தது. என் மனது குளிர்ந்தது. பிறகு வேறு ஏதோ தேவாரம், திருவாசகம் முதலிய விசயங்களைப் பேசிவிட்டு, நமச்சிவாயம் விடை பெற்றுக் கொண்டு போனான். எனக்கு, இனியாவது எழுந்து போய்ச் சாமி காலிலே விழுந்து கும்பிடுவோமா என்ற எண்ணம் உண்டாயிற்று. ஆனால் ஒரு பயம் இருந்தது. நான் செய்த எல்லாத் தவறுகளுக்கும் சாமியாரே சமாதானம் சொல்லி விட்டார்.

(தொடரும்)

பேரறிஞர் அண்ணா அவர்களின் நூற்றாண்டு நிறைவு விழா

சென்னையில் பேரறிஞர் அண்ணா அவர்களின் நூற்றாண்டு நிறைவு விழா சிறப்பாக நடைபெற்றது. இவ்விழாவில் மாண்புமிகு தமிழக முதல்வர் திரு. டாக்டர் கலைஞர் அவர்கள் கலந்து கொண்டு பேரறிஞர் அண்ணா அவர்களின் நூற்றாண்டு விழா மலரினை வெளியிட்டு சிறப்புரையாற்றினார்கள். மாண்புமிகு மத்திய நிதித்துறை அமைச்சர் திரு. பிரணாப் முகர்ஜி அவர்கள் பேரறிஞர் அண்ணா அவர்களின் உருவம் பதித்த ஐந்து ரூபாய் நாணயத்தை வெளியிட மாண்புமிகு தமிழக முதல்வர் அவர்கள் அதைப் பெற்றுக் கொண்டார்கள். மேலும் பேரறிஞர் அண்ணா அவர்களின் வாழ்க்கை வரலாற்றை தொகுத்து உருவாக்கப்பட்டுள்ள இணைத்தளத்தை மாண்புமிகு துணை முதல்வர் திரு. மு. க. ஸ்டாலின் அவர்கள் துவக்கி வைத்தார்கள். விழாவில் மத்திய மற்றும் மாநில அமைச்சர்கள், பாராளுமன்ற மற்றும் சட்டமன்ற உறுப்பினர்கள், அரசுத் துறை அலுவலர்கள் கலந்து கொண்டு சிறப்பித்தனர்.

ப. சஞ்சீவ் குமார்

அன்புள்ள சுய உதவிக் குழு சகோதர, சகோதரிகளே, வணக்கம். வெற்றியை நோக்கி ஒரு பயணம் 3ஆம் பகுதியில் உங்களைச் சந்திப்பதில் மிக்க மகிழ்ச்சி அடைகிறோம். இப்பகுதியில் நிகழ்ச்சி நிரலை ஒவ்வொன்றாக கூட்டத்தில் எவ்வாறு ஆலோசித்து தீர்மானங்களை நிறைவேற்றுவது என்பதை தெளிவாகப் பார்ப்போம்.

வெற்றியை ஒரு

தலைமை தாங்கும் நபர்

சுய உதவிக் குழு உறுப்பினர்கள் நடத்தும் ஒவ்வொரு கூட்டத்திற்கும் அதில் உள்ள ஒரு உறுப்பினரை தலைமை தாங்கும் நபராக தேர்வு செய்ய வேண்டும். இவ்வாறு கூட்டத்திற்கு தலைமை தாங்கும் நபர்களை தேர்வு செய்வது சுழல் முறையில் நடைபெற வேண்டும். கூட்டத்திற்கு தலைமை தாங்கும் நபர் நிகழ்ச்சி நிரலை முன்கூட்டியே அறிந்து கொள்ள வேண்டும். கூட்டம் துவங்கிய பிறகு நிகழ்ச்சி நிரல்படி குழு விவாதம் செல்கிறதா? என தலைமை தாங்கும் நபர் கூர்ந்து கவனிக்க வேண்டும். குழு விவாதம் திசைமாறி போகும் பொழுது அதனை நெறிபடுத்த வேண்டும் இதனை பின்வரும் ஒரு நிகழ்வின் மூலம் அறியலாம்.

ஒரு கிராமத்தில் மகளிர் சுய உதவிக் குழு கூட்டம் நடைபெற்றுக் கொண்டு இருந்தது. இக்கூட்டத்தை அமுதா என்னும் உறுப்பினர் தலைமை தாங்கி நடத்தி கொண்டு இருந்தார். அக்கூட்டத்தில் நிகழ்ச்சி நிரலின் ஒரு பகுதியான குழு உறுப்பினர்களுக்கு கடன் வழங்குவது பற்றி விவாதம் நடந்தது. அப்போது கலாவதி (உறுப்பினர்) ரூ. 10,000/– கடன் கேட்டார். மற்ற உறுப்பினர்கள் கடனுக்கான காரணத்தை கேட்ட போது கலாவதி தனது குடும்பத்துடன் டெல்லிக்கு சுற்றுலா செல்வதாக கூறினார். இதை கேட்ட மற்ற உறுப்பினர்கள் டெல்லியிலுள்ள சுற்றுலா தலங்களை பற்றி விவாதிக்கத் துவங்கினர்.

இதைக் கூர்ந்து கவனித்துக் கொண்டிருந்த அமுதா (தலைமையேற்று நடத்தும் உறுப்பினர்) குழு விவாதம் நிகழ்ச்சி நிரலுக்கு சம்பந்தம் இல்லாமல் செல்வதை உணர்ந்து உடனே அதை தடுத்தார். உடனே மற்ற உறுப்பினர்கள் கலாவதிக்கு எவ்வளவு கடன் தர வேண்டும் என்பதை முடிவு செய்தனர். இவ்வாறு தலைமை தாங்கும் உறுப்பினரால் தேவையற்ற கால விரயம் தவிர்க்கப்பட்டது இந்நிகழ்ச்சியின் மூலம் நமக்கு தெளிவாகப் புரிகிறது. குழு உறுப்பினர்கள் குழுக் கூட்டங்களுக்குத் தலைமை தாங்கும் போது தலைமை பண்பு வளர்கிறது. சுய உதவிக் குழுக் கூட்டங்கள் வெற்றிகரமாக நடைபெற தலைமை தாங்கும் உறுப்பினர்களை தேர்வு செய்வது மிகவும் அவசியமாகும்.

தமிழ்த்தாய் வாழ்த்து

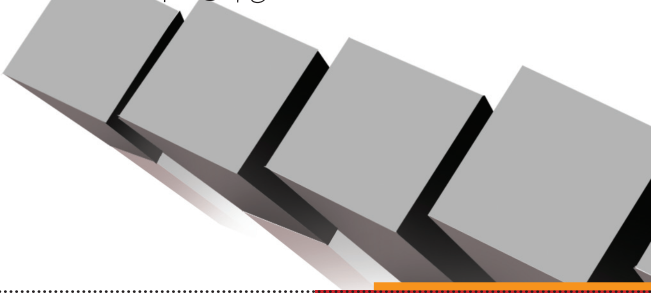
சுய உதவிக் குழுக் கூட்டங்களை தமிழ்த்தாய் வாழ்த்துடன் துவங்குவது மிகவும் அவசியம். தமிழ்த்தாய் வாழ்த்து பாடும் பொழுது அனைவரின் மனதும் சமநிலை அடைகிறது.

உறுதிமொழி

தமிழ்த்தாய் வாழ்த்து முடிந்த பிறகு அனைத்து உறுப்பினர்களும் மகளிர் திட்ட உறுதிமொழி எடுக்க வேண்டும். உறுதிமொழியை ஓர் உறுப்பினர் கூற அனைத்து உறுப்பினர்களும் தெளிவாக, அழுத்தமாகக் கூற வேண்டும். இதனைத் தொடர்ந்து செய்தால் உறுதிமொழி ஆழ்மனதில் பதிவாகி, நம் இலட்சிய கனவுகள் அனைத்தும் எளிதாக நிறைவேறும்.

வருகைப் பதிவேடு

இப்பதிவேட்டில் உறுப்பினர்கள் வருகையை பதிவு செய்ய வேண்டும். பிறகு அனைத்து உறுப்பினர்களையும் வரவேற்று பேச வேண்டும். வரவேற்புரை வழங்குவதை உறுப்பினர்கள் சுழல் முறையில் செய்ய வேண்டும். இவ்வாறு செய்யும் போது உறுப்பினர்களின் பேச்சாற்றல் வளர்வதோடு, தேவையற்ற பயம், கூச்சம் ஆகியவை நீங்குகிறது.

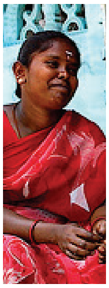


முந்தைய கூட்டங்களின் தீர்மானங்களை ஆய்வு செய்தல், சென்ற கூட்டத்தில் செய்த தீர்மானங்கள் நிறை வேற்றப் பட்டுள்ளனவா என்பதையும் ஆய்வு செய்ய வேண்டும். அவ்வாறு ஒரு தீர்மானம் செயல்படுத்த முடியாமல் போனால் அதற்கான காரணத்தை இக்கூட்டத்தில் தெரிவித்து குழு உறுப்பினர்கள் விவாதித்து, தெளிவான முடிவுகள் எடுத்து, தீர்மானங்களை நிறைவேற்ற வேண்டும்.

கடந்த கூட்டத்தின் வரவு – செலவுகளை ஆய்வு செய்தல்

ஒரு குழுவில் மிகவும் முக்கியமானதாகக் கருதப்படுவது குழு வரவு – செலவுகள், செயல்படாத அல்லது கலைக்கப்பட்ட குழுக்கள் அனைத்திற்கும் முக்கிய காரணமாக இருப்பது வரவு – செலவு பிரச்சனைகள்தான். எனவே குழுவின் வரவு – செலவுகள் மிகவும் தெளிவாக இருக்க வேண்டும். சேமிப்பு, சந்தா, கடன் வசூல் மற்றும் வட்டி (உள்கடன்), வங்கி வட்டி, அபராதம் போன்றவைகள் குழுவிற்கு வரவுகளாகும். கடன் கொடுத்தது (உள்கடன்), குழு பராமரிப்பு, செலவுகள் ஆகியன குழுவின் செலவுகளாகும்.

கடந்த கூட்டத்தின் வரவுகள் அனைத்தும் வங்கியில் செலுத்தப்பட்டுள்ளதா? என்பதை வங்கி இரசீது, பாஸ் புத்தகம் ஆகியவற்றை ஆய்வு செய்து அனைத்து உறுப்பினர்களும் உறுதி செய்து கொள்ள வேண்டும். அதேபோன்று, குழு தீர்மானத்தின்படி எடுக்கப்பட்ட தொகைகள் அதன்படி செலவழிக்கப்பட்டுள்ளதா? என்பதையும் அனைவரும் உறுதி செய்து கொள்ள வேண்டும். இதனை பின்வரும் ஒரு நிகழ்ச்சி நமக்கு தெளிவாக உணர்த்துகிறது.



> வரவேற்புரை வழங்குவதை உறுப்பினர்கள் சுழல் முறையில் செய்ய வேண்டும். இவ்வாறு செய்யும் போது உறுப்பினர்களின் பேச்சாற்றல் வளர்வதோடு, தேவையற்ற பயம், கூச்சம் ஆகியவை நீங்குகிறது.

ஒரு குழுவில் ஊக்குநர், கூட்டத்தில் வசூலான தொகையில் பாதியை வங்கியில் செலுத்தி விட்டு மீதியை வைத்துக் கொண்டார். மேலும் பிற உறுப்பினர்கள் பெயரில் கடன் எடுப்பது, வங்கிக் கடன் வசூல் தொகையை சரிவர வங்கியில் செலுத்தாமல் இருப்பது போன்ற தவறான செயல்களில் தொடர்ந்து ஈடுபட்டு வந்தார். அந்த ஊக்குநர் மீது உறுப்பினர்கள் அளவு கடந்த நம்பிக்கை வைத்திருந்தால் யாரும் இதை கவனிக்கவில்லை. வங்கிக் கடன் செலுத்தவில்லை என வங்கி, சம்பந்தப்பட்ட தொண்டு நிறுவனத்திடம் கூற, அந்நிறுவனம் சம்பந்தப்பட்ட குழுவின் பதிவேடுகள் அனைத்தையும் கொண்டு வரச் செய்து ஆய்வு செய்தது. அப்போதுதான் மேற்கூறிய பல தவறுகள் நடைபெற்றுள்ளது தெரிய வந்தது. வங்கியில் பணம் கட்டியது மற்றும் எடுத்தது போன்றவை குழுவின் வங்கி பாஸ் புத்தகத்தில் தொடர்ந்து பதிவு செய்யாததால் இது உறுப்பினர்களுக்கு தெரியவில்லை. இவ்வாறு சில குழுக்களில் நடைபெறுகிறது. இதனால் குழுக்கள் கலைக்கப்படும் சூழ்நிலை உருவாவதோடு, உறுப்பினர்களும் பெரும் மன உளைச்சலுக்கு ஆளாகிறார்கள். எனவே குழு உறுப்பினர்கள் இதில் மிகுந்த கவனமாக இருந்து செயல்பட்டால் பின்னால் ஏற்படும் பல பிரச்சனைகளை எளிதாகத் தவிர்க்கலாம். (தொடரும்)

நோக்கி
பயணம்

“முந்தைய கூட்டங்களின் தீர்மானங்களை ஆய்வு செய்தல், சென்ற கூட்டத்தில் செய்த தீர்மானங்கள் நிறை வேற்றப்பட்டுள்ளனவா என்பதையும் ஆய்வு செய்ய வேண்டும்.”

தருமபுரி

சுழல் நிதி

தருமபுரி மாவட்டத்தில் நடைபெற்ற விழாவில் மாண்புமிகு வேளாண்மைத் துறை அமைச்சர் திரு. வீரபாண்டி எஸ். ஆறுமுகம் அவர்கள் கலந்து கொண்டு 200 மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்களுக்கு சுழல் நிதியாக ஒரு கோடியே இருபது இலட்சம் வழங்கி சிறப்புரையாற்றினார். உள்ளாட்சி அமைப்புகளின் பிரதிநிதிகள் கலந்து கொண்டு வாழ்த்துரை வழங்கினர்.

இவ்விழாவிற்கு மாவட்ட ஆட்சியர் திருமதி. பெ. அமுதா, இ.ஆ.ப., அவர்கள் தலைமை வகித்தார். மகளிர் திட்ட அலுவலர் திருமதி. எஸ். ஜனகவல்லி அவர்கள் வரவேற்புரை நிகழ்த்தினார். திரு. என். சுவாமிநாதன், திட்ட அலுவலர், மாவட்ட ஊரக வளர்ச்சி முகமை அவர்கள் நன்றியுரை ஆற்றினார்.

விழாவில் அனைத்து வட்டார வளர்ச்சி அலுவலர்கள் (கி.ஊ.), துணை வட்டார வளர்ச்சி அலுவலர்கள், இதர அரசு அலுவலர்கள், மகளிர் திட்ட தொண்டு நிறுவனங்கள் மற்றும் மகளிர் சுய உதவிக் குழு உறுப்பினர்கள் பெருந்திரளாக கலந்து கொண்டு சிறப்பித்தனர்.

200 மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்களுக்கு சுழல் நிதியாக
ஒரு கோடியே இருபது இலட்சம்

சென்னை

சுதந்திர தின விழா

சென்னை, வியாசர்பாடியில் செயல்பட்டு வரும் அன்புத் தோழி மகளிர் சுய உதவிக் குழுவின் சார்பில் 62வது சுதந்திர தின விழா கொண்டாடப்பட்டது.

குழுவின் ஊக்குனர் தலைமையில் நடைபெற்ற இவ்விழாவில் சிறப்பு விருந்தினராக B–3 காவல் நிலைய ஆய்வாளர் திரு. ஜே. ஈஸ்வரன் அவர்கள் கலந்து கொண்டு வியாசர்பாடி பகுதியைச் சேர்ந்த 100 மாணவ – மாணவியர்களுக்கு, எழுது பொருட்கள், சீருடைகள், பள்ளிப் பைகள், ஆங்கிலம் – தமிழ் அகராதி மற்றும் நோட்டுப் புத்தகங்கள் போன்றவற்றை வழங்கி சிறப்பித்தார்.

இவ்விழாவில் அப்பகுதி மாநகராட்சி உறுப்பினர், தொண்டு நிறுவன களப் பணியாளர்கள், நன்கொடையாளர்கள் மற்றும் சுய உதவிக் குழுவின் உறுப்பினர்கள் கலந்து கொண்டனர்.

திருநெல்வேலி

வங்கியாளர்கள் கருத்தரங்கு

மகளிர் திட்ட இலக்குகளை அடைவது குறித்து வங்கியாளர்கள், பல்துறை அலுவலர்களுக்கான கருத்தரங்கு திருநெல்வேலியில் நடைபெற்றது. இக் கருத்தரங்கை மாவட்ட ஆட்சியர் திரு. மு. ஜெயராமன், இ.ஆ.ப., அவர்கள் தொடங்கி வைத்தார். மகளிர் திட்ட அலுவலர் திருமதி. ஜி. முத்து மீனாள் அவர்கள் மகளிர் திட்டத்தின் மூலம் செயல்படுத்தப்படும் திட்டங்களை ஒளித்திரை மூலம் விளக்கினார். மாவட்ட ஊரக வளர்ச்சி முகமை திட்ட அலுவலர் திரு. சி. கே. வீரணன், வேளாண் இணை இயக்குநர் திரு. எஸ். வேலுச்சாமி, கால்நடை பராமரிப்பு இணை இயக்குநர் திரு. பி. ஜனார்த்தனன், முன்னோடி வங்கி மேலாளர் திரு. ஜான்பிலிக்ஸ் பெர்ணான்டோ, நபார்டு வங்கி உதவிப் பொது மேலாளர் திரு. ஜெ. சுரேஷ் மற்றும் தாட்கோ மேலாளர், மாவட்ட தொழில் மைய மேலாளர் உள்ளிட்ட அனைத்து மாவட்ட அலுவலர்களும் கலந்து கொண்டனர்.

கருத்தரங்கில் இந்த ஆண்டு எஸ்.ஜி.எஸ்.ஒய். திட்டத்தில் பொருளாதார கடனுதவியை தொழில்சார் கூட்டமைப்பு சுய உதவிக் குழுக்களுக்கு வழங்கிட தொழில்கள் தேர்வு செய்யப்பட்டன. மேலும் 2000 புதிய குழுக்கள் உருவாக்கிடவும், சுய உதவிக் குழுக்களுக்கான நேரடிக் கடன் இலக்கு ரூ. 119 கோடியினை எட்டுவதற்கான வழிமுறைகளும் விவாதிக்கப்பட்டது.

> சுய உதவிக் குழுக்களுக்கான நேரடிக் கடன் இலக்கு **ரூ. 119 கோடியினை** எட்டுவதற்கான வழிமுறைகளும் விவாதிக்கப்பட்டது.

ஈரோடு

மறுசீரமைக்கப்பட்ட கூட்டமைப்பு

> மகளிர் நல மேம்பாட்டு நிறுவனத்தின் **வழிகாட்டு நெறிமுறைகளின்படி** மறுசீரமைக்கப்பட்டு தமிழ்நாடு சங்க சட்ட **விதிகளின்படி பதிவு செய்யப்பட்டது.**

சத்தியமங்கலம் வட்டாரத்தில் உள்ள சிக்கரசம் பாளையம் ஊராட்சிக் கூட்டமைப்பு கடந்த 2007–08 ஆம் ஆண்டுக்கான மணிமேகலை விருதினை மாவட்ட அளவில் பெற்றது. இக்கூட்டமைப்பு தமிழ்நாடு மகளிர் மேம்பாட்டுத் திட்டத்தின் வழிகாட்டு நெறிமுறைகளின்படி மறுசீரமைக்கப்பட்டு தமிழ்நாடு சங்க சட்ட விதிகளின்படி பதிவு செய்யப்பட்டது. மறுசீரமைப்பில் மூன்று குக்கிராம அளவிலான மன்றங்கள் அமைக்கப்பட்டுள்ளது. ஒவ்வொரு மன்றத்திலும் தலா 13 குழுக்கள் வீதம் உள்ளன. 11 பேர் கொண்ட செயற்குழு அமைக்கப்பட்டுள்ளது.

ஆகஸ்ட் 15ந் தேதி சுதந்திர தினத்தன்று நடைபெற்ற இக்கூட்டமைப்பின் செயற்குழுக் கூட்டத்தில், கூட்டமைப் பில் இணையாத குழுக்களின் கடன் விண்ணப்பங்களை வங்கிகள் ஏற்றுக் கொள்ளக் கூடாது எனவும், கூட்டமைப்பு பரிந்துரைக்கும் விண்ணப்பங்களை மட்டுமே ஏற்றுக் கொள்ள வேண்டும் எனவும், ஜனநாயக அடிப்படையில் நடைபெறும் கிராம சபைக் கூட்டங்களில் கலந்து கொள்ள மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்களை நிர்ப்பந்திக்கக் கூடாது என்றும், பன்றிக் காய்ச்சல் பரவாமல் இருக்க அரசின் வழிகாட்டு நெறிமுறைகளை குழுக்களின் உறுப்பினர்கள் கடைபிடித்து நோய் தடுப்பு நடவடிக்கைகளில் ஈடுபட வேண்டும் என்பது உட்பட பல்வேறு தீர்மானங்கள் நிறைவேற்றப்பட்டன.

கோவை

சுய உதவிக் குழுவின் வெற்றி

காரமடை, மொங்கம்பாளையம் பெள்ளாதி கிராமம் குமரன் நகரில் ஸ்ரீ குமரன் மகளிர் சுய உதவிக் குழு 12 உறுப்பினர்களுடன் கடந்த ஐந்து வருடங்களாகச் சிறப்பாக செயல்பட்டு வருகிறது. மேட்டுப்பாளையம் ஸ்டேட் வங்கியில் சேமிப்புக் கணக்குத் துவங்கி, சிறப்பாக சேமித்து வந்தனர். சுழல் நிதியாக ரூ. 60 ஆயிரம் பெற்று, நியூட்ராபால் என்ற பெயரில் தனியார் பால் கூட்டுறவு அமைப்பை ஏற்படுத்தினர்.

குழு உறுப்பினர்கள் அனைவரும் இணைந்து செயல்பட்டு, தங்கள் பகுதியில் உள்ள கால் நடைகளின் பாலினை சேகரித்து நியூட்ராபால் சொசைட்டிக்கு அனுப்பி வந்தனர். இதன் மூலம் கிடைக்கும் வருவாயினையும் வங்கியில் சேமித்து வந்தனர்.

2008ஆம் ஆண்டு மானியத்துடன் கூடிய பொருளாதாரக் கடனாக ரூ. 2,65,000/– பெற்று, குழுவின் 12 உறுப்பினர்களுக்கும் கறவை மாடுகள் வாங்கித் தரப்பட்டது. இதன் மூலம் அதி களவில் பால் கூட்டுறவு சங்கத்திற்கு பால் வழங்கப்பட்டது. வங்கியில் பெற்ற கடனை மாதம் ரூ. 12,000/– வீதம் திரும்பச் செலுத்தி வருகின்றனர்.

குழு உறுப்பினர்கள் தங்களின் அயராத உழைப்பினாலும், ஒற்றுமையான செயல் பாட்டினாலும் தற்போது முன்னேறி வருகின்றனர். மேலும் ஏழை குழந்தைகளின் கல்வி வளர்ச்சிக்கு உதவுதல், 40 ஏழைகளுக்கு மாதந்தோறும் உணவு வழங்குதல், குடிநீர் மற்றும் சாலை வசதிகள் போன்றவற்றை ஏற்படுத்துதல் போன்றவற்றுடன், தங்கள் பகுதி யான குமரன் நகர் சுத்தமாகவும், சுகாதாரமாகவும் இருக்க ஸ்ரீ குமரன் மகளிர் சுய உதவிக் குழு உறுப்பினர்கள் சிறப்பான பணி செய்து வருகின்றனர்.

2008ஆம் ஆண்டு மானியத்துடன் கூடிய பொருளாதாரக் கடனாக ரூ. 2,65,000/– பெற்று, குழுவின் 12 உறுப்பினர்களுக்கும் கறவை மாடுகள் வாங்கித் தரப்பட்டது. இதன் மூலம் அதிக அளவில் பால் கூட்டுறவு சொசைட்டிக்குப் பால் வழங்கப்பட்டது.

சேலம்

செவிலியர் உதவியாளர் பயிற்சி

மகளிர் திட்டத்தின் சார்பில், 50 பேர்களுக்கு செவிலியர் உதவியாளர் பயிற்சி, சேலம் சண்முகா மருத்துவமனையில் அளிக்கப்பட்டது. 6 மாதங்கள் நடைபெற்ற இப்பயிற்சியில் கலந்து கொள்ளும் பயிற்சியாளர்களுக்கு உதவித் தொகையாக மாதம் ரூ. 650/– வீதம் 50 பயிற்சியாளர்களுக்கு ரூ. 1,95,000/– வழங்கப்பட்டது. பயிற்சியினை முடித்தவர்களுக்கு சான்றிதழ் மற்றும் உதவித் தொகைக்கான காசோலை ஆகியவை வழங்கும் நிகழ்ச்சி சேலம் நாட்டாண்மைக் கட்டிடத்தில் நடைபெற்றது. சேலம் மாவட்ட ஆட்சித் தலைவர் அவர்கள் நிகழ்ச்சியில் கலந்து கொண்டு சான்றிதழ் மற்றும் காசோலையினை வழங்கினார். இந்நிகழ்ச்சியின் போது சேலம் மாவட்ட மகளிர் திட்ட அலுவலர் மற்றும் உதவித் திட்ட அலுவலர்கள் உடனிருந்தனர்.

“பயிற்சியில் கலந்து கொள்ளும் பயிற்சியாளர்களுக்கு உதவித் தொகையாக மாதம் ரூ. 650/– வீதம் 50 பயிற்சியாளர்களுக்கு ரூ. 1,95,000/- வழங்கப்பட்டது.”

கரூர்

விற்பனைக் கண்காட்சி

பசுபதீஸ்வரர் ஆலய திருவிழாவினை முன்னிட்டு, மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்களின் உற்பத்திப் பொருட்களின் விற்பனை கண்காட்சி நடைபெற்றது. கரூர் ஐயப்ப சேவா சங்க டிரஸ்ட் மண்டபத்தில் நடைபெற்ற இக்கண்காட்சியை கரூர் மாவட்ட ஆட்சித் தலைவர் (பொறுப்பு) திரு. சி. முனிரத்தினம் அவர்கள் குத்து விளக்கேற்றி துவக்கி வைத்தார். மாவட்ட மகளிர் திட்ட அலுவலர் திரு. அய்யாறு அவர்கள் மற்றும் உதவித் திட்ட அலுவலர்கள் கலந்து கொண்டனர்.

இக்கண்காட்சியில் வைக்கப்பட்டிருந்த கைவினைப் பொருட்கள், பட்டுக்கூடு மாலைகள், சத்து மாவு வகைகள், மூலிகைப் பொருட்கள், பெண்களுக்கான கைப்பைகள், ஆடைகள், குழந்தைகளுக்கான பொருட்கள், களிமண் பொருட்கள், வீட்டு உபயோகப் பொருட்கள், நாகரீக அணிகலன்கள் மற்றும் உணவுப் பொருட்கள் போன்றவற்றை பொதுமக்கள் விரும்பி வாங்கிச் சென்றனர்.

“சுய உதவிக் குழுவினரின் முகவரி மற்றும் தொலைபேசி எண்கள் போன்றவற்றையும் கண்காட்சியினைக் காண வந்த பொதுமக்கள் கேட்டு வாங்கிச் சென்றனர் என்பது குறிப்பிடத்தக்கது.”

பொறுப்பாளர்களுக்கு பயிற்சி வகுப்பு

காஞ்சிபுரம் மாவட்டத்தில் 2009-2010ஆம் ஆண்டில் மறுசீரமைக்கப்பட்ட 8 பஞ்சாயத்து அளவிலான குழுக் கூட்டமைப்பினைச் சேர்ந்த பொறுப்பாளர்களுக்கு செங்கல்பட்டை அடுத்த திம்மாவரத்தில் உள்ள சி.ஆர்.டி.எஸ். தொண்டு நிறுவன பயிற்சிக் கூடத்தில் 25.08.2009 முதல் 27.08.2009 வரை மூன்று நாட்கள் நடைபெற்ற பயிற்சி வகுப்பில் **32 நபர்கள் கலந்து கொண்டனர்.**

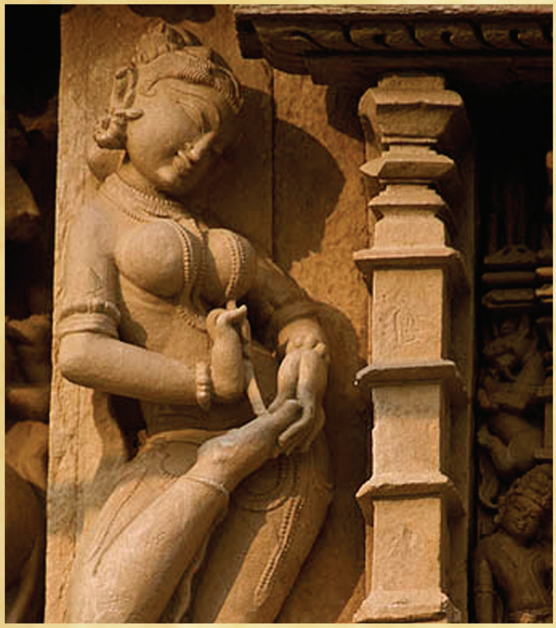
கன்னியாகுமரி

ஆண்டு விழா கொண்டாட்டம்

அன்பு நகர் மகளிர் சுய உதவிக் குழு கன்னியாகுமரி மாவட்டம், தக்கலை வட்டம், மூலச்சலில் செயல்பட்டு வருகிறது. இக்குழுவின் உறுப்பினர்கள் பல்வேறு சமூக நலத் தொண்டுகளை செய்து வருகின்றனர். குழுவின் ஆண்டு விழாவின் போது ஆதரவற்றோர் மற்றும் மன வளர்ச்சி குன்றியோர் இல்லத்திற்கு சென்று மதிய உணவு வழங்குதல், முதியோர் இல்லத்திற்கு சென்று உணவுப் பொருட்கள் வழங்குதல் போன்ற சேவைகளில் ஈடுபட்டு வருகின்றனர்.

இக்குழுவின் உறுப்பினர்கள் பல்வேறு சமூக நலத் தொண்டுகளை செய்து வருகின்றனர்.

நடன. காசிநாதன், எம்.ஏ.,
மேனாள் இயக்குனர், தொல்லியல் துறை



சோழர்கள் காலத்தில் பெண்கள் பொது நிர்வாகங்களையும் திறம்பட நிர்வாகித்திருக்கிறார்கள் என்பது மற்றொரு கல்வெட்டு மூலம் நமக்குத் தெரிய வருகிறது.

புதுச்சேரி மாநிலம், பாகூரில், பொற்சாலை நங்கைக் கோயில் ஒன்று இருந்திருக்கிறது. அக்கோயிலைச் சேர்ந்த பேரிளமையார்களே ஆளுக்குப் பதக்கு நெல் வீதம் ஆண்டுதோறும் அளித்து அவர்களே அக்கோயில் ஸ்ரீகார்யத்தையும் ஆராய்ந்து வந்தார்கள் என்பது அதன் மூலம் தெரிகிறது.

நாட்டிய மகளிரில் சிறந்தவர்களுக்கு சங்க காலத்தில் 'தலைக்கோலி' என்ற பட்டம் கொடுத்துச் சிறப்பித்ததைப் போன்று பிற்காலச் சோழர் காலத்திலும் கணிகையருக்குத் தலைக்கோலிப் பட்டம் கொடுக்கப் பெற்றிருந்ததைக் கல்வெட்டுகள் மூலம் அறிய முடிகிறது.

பழங்காலப்

பெண்டிர் நிலை

ஒரு பெண்மணி நியாயத்தில் (நீதிமன்றம்) இடம் பெற்றிருந்தாள் என்று தெரிய வருகிறது. பெண்கள் அக்காலத்திலேயே நீதிபதிகளாகவும் இருந்து தொண்டாற்றியிருக் கின்றார்கள் என்பதற்கு இது ஒரு சிறந்த உதாரணமாகத் திகழ்கிறது.

சோழர் காலத்தில் பெண்களுக்கு மிகுந்த முக்கியத்துவம் அளிக்கப் பெற்றிருந்தது என்பதை மற்றொரு நிகழ்ச்சியில் அறிய முடிகிறது. வேளாள வகுப்பைச் சேர்ந்த பெண்களை எந்த காரணத்தைக் கொண்டும் ஊரிலுள்ள அம்பலத்துக்கு அழைத்துச் செல்லக் கூடாது என்று ஊர்ச்சபையார் தீர்மானம் நிறைவேற்றியிருப்பது அவர்கள் அக்காலப் பெண்டிருக்கு அளித்து வந்த உயர்வையும், சிறப்பையும் காட்டும்.

பாண்டியர் காலத்திலும் பெண்கள் நல்ல நிலையில் வைத்துப் போற்றப்பட்டிருக்கிறார்கள். சுந்தர பாண்டிய தேவர் காலத்தில், உத்தரமேரூரில் தேவர்களம்மை என்ற ஒரு பெண்மணி நியாயத்தில் (நீதிமன்றம்) இடம் பெற்றிருந்தாள் என்று தெரிய வருகிறது. பெண்கள் அக்காலத்திலேயே நீதிபதிகளாகவும் இருந்து தொண்டாற்றியிருக்கின்றார்கள் என்பதற்கு இது ஒரு சிறந்த உதாரணமாகத் திகழ்கிறது.

பாண்டியர் காலத்திலும் சிறந்த நாட்டிய மகளிருக்குத் தலைக்கோலிப் பட்டம் வழங்கப் பெற்றுள்ளது. வீரபாண்டிய தேவர் காலத்தில், பதியிலாரில் கூத்தன் நம்பிராட்டியான செய்ய பெருமாள் என்பாளுக்குத் தலைக்கோலி என்ற விருது வழங்கப் பெற்றிருந்தது என்பதும், குலசேகரத்தேவர் காலத்தில் பதியிலாரில் நக்கன் உரிமை அழகிய பெருமாளுக்குத் தலைக்கோலிப் பட்டம் அளிக்கப் பெற்றிருந்தது என்பதும் கல்வெட்டுகள் மூலம் தெரிய வருகின்றது.

பெண்கள் உன்னத நிலையில் வைத்துப் போற்றப்பட்டிருந்தாலும், தவறு செய்தால் பெண்களைத் தண்டிக்கவும் தயங்காதிருந்தார்கள் என்பதற்கு மற்றொரு கல்வெட்டுத் துணை நிற்கிறது. சுந்தர பாண்டியன் காலத்தில் கோயிலிலிருந்து ஆபரணங்களைத் திருடியதற்காக ஒரு பெண்ணும் அவளது மகளும் சிறையிலடைக்கப்பட்டனர் என்று ஒரு கல்வெட்டின் மூலம் விளங்குவதால் பெண்களுக்குக் கொடுக்க வேண்டிய உரிமை கொடுத்து, தடுக்கப்பட வேண்டியதைத் தடுத்தும் வந்தனர் என்பதை நம்மால் அறிய முடிகிறது.

(முற்றும்)

(சென்ற இதழ் தொடர்ச்சி)

டாக்டர் அன்னி பெசன்ட் அம்மையார்

இங்கிலாந்து அரசுக்கும், இந்தியர்களுக்கும் உறவை அதிகரிக்கும் நிமித்தம் உருவாக்கப்பட்ட ஹோம்ரூல் இயக்கத்திற்கு, இங்கிலாந்து நாட்டைச் சேர்ந்த ஜான் லான்ஸ்பரி, டிலாவார், மிஸ் பார்பரா வில்லர்ஸ் போன்றவர்கள் குறிப்பிடத்தக்க தலைவர்களாவார்கள்.

அன்னி பெசன்ட், 1917இல் அகில இந்தியக் காங்கிரஸின் தலைமைப் பொறுப்பேற்று, அக்கட்சியில் தலைமை ஏற்ற முதல் பெண்மணி என்ற சிறப்பையும் பெற்றார். அப்பொழுது காங்கிரசில் இருவேறு குழுக்களாக இயங்கி வந்த தீவிரவாதிகளையும், மிதவாதிகளையும் ஒன்றுபடுத்த முயன்றார்.

அன்னி பெசன்ட் தம் அரசியல் கருத்துக்களை காமன் வெல்த் மற்றும் நியூ இந்தியா பத்திரிக்கையில் எழுதி வந்தார், அதனால் பாதிப்படைந்த ஆங்கில அரசு நியூ இந்தியா பத்திரிக்கையைத் தடை செய்தது. ரூ. 2,000 பொறுப்புத் தொகை கட்ட வேண்டும் என்று ஆணையிட்டது. அன்னி பெசன்ட், அத்தொகையை அரசாங்கத்திடம் செலுத்திவிட்டு, மீண்டும் முன்போல எழுதவும் பேசவும் தொடங்கினார். இதனால் சென்னை மாகாண அரசாங்கம் கோபம் கொண்டது. அந்தச் சமயத்தில் பம்பாய் மாகாண அரசாங்கம் திருமதி. பெசன்டை தங்கள் மாகாணத்தில் நுழைய தடை விதித்தது. சென்னை மாகாண அரசு அவரைக் கைது செய்து சிறையில் அடைத்தது. அதை எதிர்த்து மக்கள் கிளர்ச்சி செய்ததினால் அவர் விடுவிக்கப்பட்டார்.

பத்திரிகைத் துறை வளர்ச்சிக்காக அன்னி பெசன்ட் பலவகையிலும் தொண்டாற்றியுள்ளார். மூன்று ஆண்டு கால, பத்திரிகைத் துறை படிப்பை, அடையாறு தேசியப் பல்கலைக் கழகத்தில் தொடங்கி வைத்த பெருமை அவருக்கு உண்டு. முதன் முதலில் இப்படிப்பிற்கு 25 மாணவர்கள் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டனர். படித்துக் கொண்டிருக்கும்போதே நியூ இந்தியா பத்திரிக்கையில் அவர்களுக்கு பணி குறித்தப் பயிற்சியும் அளிக்கப்பட்டது.

1917இல், பெசன்ட் அம்மையார் சாரணர் இயக்கத்தை தோற்றுவித்தார். ஆனால் இலண்டனில் உள்ள தலைமை இந்த இயக்கத்தை ஏற்றுக் கொள்ளவில்லை. அதனால், பெசன்ட் அம்மையார் இந்திய சிறுவர் சாரண இயக்கம் என்ற பெயரில் புதிய இயக்கமாக அதைத் தொடங்கினார்.

1918இல், இந்திய மாதர் சங்கத்தினை உருவாக்கி, அதன் முதல் தலைவியானார் அன்னி பெசன்ட். நாடெங்கும் அதன் கிளைகளை உருவாக்கி, இந்தியப் பெண்களின் முன்னேற்றத்திற்காகப் பெரிதும் பாடுபட்டார்.

டாக்டர் சரோஜினி நாயுடு, ஹீராபாய் டாட்டா ஆகியோருடன் இணைந்து பெண்களுக்குக் கல்வியும், சமூக அந்தஸ்தும் தர பாடுபட்டார். பெண்களுக்கு வாக்குரிமை வேண்டும் என்று போராடினார். இந்து – முஸ்லீம் ஒற்றுமைக்காகவும் பாடுபட்டார்.

1920இல் காந்தியடிகள், ஆங்கிலேயருக்கு எதிராக ஒத்துழையாமை இயக்கத்தை மேற்கொண்டார். அன்னி பெசன்ட் அம்மையார், எதிர்ப்பு இயக்கம் என்று கூறி அதைத் தீவிரமாக எதிர்த்தார். மக்களையும் அதற்கு எதிராக செயல்படுமாறு தம் பத்திரிகைகளான நியூ இந்தியா, காமன்வெல்த் ஆகியவற்றில் எழுதினார்.

இடைவிடாத உழைப்பினாலும், சுற்றுப் பயணத்தாலும், முதுமையினாலும் அம்மையார் பாதிக்கப்பட்டார். தம் பணியை அடையாறில் உள்ள பிரம்மஞான சபையோடு நிறுத்திக் கொண்டார்.

அடையாறில் பிரம்மஞான சபை வளா கத்தில் 1933ஆம் ஆண்டு செப்டம்பர் 20ஆம் நாள் மறைந்தார். பெசன்ட் அம்மையார் தம் கல்லறையில் "இவள் உண்மை நெறி சொல்ல முயன்றாள்" என்று எழுதுமாறு வேண்டினார். அதை அவர் வழி வந்த பிரம்மஞான சபையினரும் நிறைவேற்றி அவருக்குப் புகழஞ்சலி செலுத்தினர்.

> பெண்களுக்குக் கல்வியும், சமூக அந்தஸ்தும் தர பாடுபட்டார். பெண்களுக்கு வாக்குரிமை வேண்டும் என்று போராடினார்.

அம்மையாரின் இறப்பு இந்திய மண்ணுக்குப் பெரும் இழப்பாக அமைந்தது. இங்கிலாந்தில் பிறந்து, இந்தியாவைத் தாய் மண்ணாக ஏற்று, இந்திய சகோதர சகோதரிகளுக்காக அரும்பாடுபட்டு வாழ்ந்து, மறைந்த அம்மையாரின் நினைவைப் போற்றும் விதமாக, அவர் வாழ்ந்த இடம் இன்று அவரின் பெயரால் பெசன்ட் நகர் என்று அழைக்கப்படுகிறது. இந்திய விடுதலை வரலாற்றில் மட்டுமின்றி, இந்தியச் சமூக வரலாற்றிலும் அம்மையாருக்குத் தனித்ததொரு இடமுண்டு.

(முற்றும்)

உடல் உறுப்புகளை தானம் செய்யுங்கள்!

இறந்தும் – இரவாப் புகழ் பெற்ற ஹிதேந்திரன்

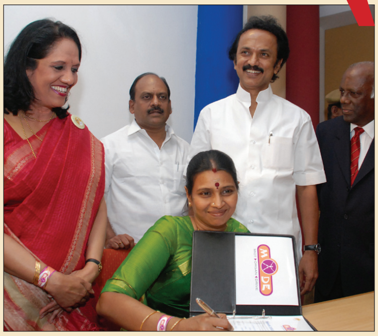
திருக்கழுக்குன்றத்தில் வசித்து வரும் டாக்டர் தம்பதிகளான திரு. அசோகன் – திருமதி. புஷ்பாஞ்சலி ஆகியோரின் மூத்த மகனான ஹிதேந்திரன் வாகன விபத்தில் தலையில் காயமடைந்த நிலையில் மருத்துவமனையில் சேர்க்கப்பட்டார். ஹிதேந்திரனுக்கு சிகிச்சை அளித்த மருத்துவர்கள் அவரின் மூளை செயலிழந்து விட்டதாக கூறியதையடுத்து, ஹிதேந்திரனின் பெற்றோர் தங்கள் மகனின் உடல் உறுப்புகளை தானமாக அளிக்க முன்வந்தனர். அதன்படி ஹிதேந்திரனின் கண்கள், இதயம், சிறுநீரகம், நுரையீரல் போன்ற உறுப்புகள் தக்க முறையில் அகற்றப்பட்டு, மற்றவர்களுக்குப் பொருத்தப்பட்டது. தங்களின் மகன் மரணத்திலும் கலங்காமல் மற்றவர்களை காக்க வேண்டும் என்ற உயரிய நோக்கத்துடன் உடல் தானம் செய்ய முன்வந்த ஹிதேந்திரனின் பெற்றோர் போற்றப்பட வேண்டியவர்களே.

தமிழகத்தில் உள்ள ஒவ்வொருவரும் தங்களது உடல் உறுப்புகளை தானம் செய்வதை கடமையாகக் கருத வேண்டும் என்று மாண்புமிகு தமிழக துணை முதல்வர் திரு. மு.க.ஸ்டாலின் அவர்கள் கேட்டுக் கொண்டுள்ளார்.

சென்னை மணப்பாக்கம் மியாட் மருத்துவமனையில் தன்னார்வ உடல் உறுப்புதான விழிப்புணர்வு இயக்கத்தை (மோட் – 'மியாட் ஆர்கன் டிரைவ்) துவக்கி வைத்த மாண்புமிகு துணை முதல்வர் அவர்கள் மேலும் கூறியதாவது,

'உடல் உறுப்புகளை தானமாக வழங்குவது பண்டைய காலத்திலிருந்தே இருந்து வருகிறது. குறிப்பாக 'கண்ணுக்கு கண்ணே மருந்து' என இரு கண்களை தானமாக அளித்த கண்ணப்ப நாயனாரின் வரலாறு அனைவருக்கும் தெரியும். இன்றைய அறிவியல் வளர்ச்சி காரணமாக ஒருவரின் உறுப்பை மற்றவருக்குப் பொருத்தும் உயிர் காக்கும் அறுவை சிகிச்சைகள் சிறப்பாக நடைபெற்று வருகின்றன.

உடல் உறுப்பு தானத்தில் உலகத்துக்கு முன்னோடியாக விளங்கும் முயற்சியை தமிழக அரசு மேற் கொண்டு வருகிறது. இதற்காகத் தோற்றுவிக்கப்பட்ட இயக்கம்தான் 'மோட்' என்னும் தன்னார்வ உடல் உறுப்பு தான விழிப்புணர்வு இயக்கம். உடல் உறுப்பு தானத்திற்கான விழிப்புணர்வானது இன்னும் விரிவாக சென்றடையாத நிலையில்தான் உள்ளது. தமிழக அரசின், உறுப்பு தானம் அளிப்போர் திட்டத்தின் அடிப்படையில் விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்த தொடங்கப்பட்டுள்ள அமைப்புதான் 'மோட்' என்பதாகும். தமிழக அரசின் கரங்களை வலுப்படுத்தும் வகையில் 'மோட்' என்கிற தன்னார்வ தொண்டு அமைப்பினை மக்களின் எதிர்காலம் மேம்படும் வகையில் மியாட் மருத்துவமனை நிறுவியுள்ளது. மக்களிடையே மாபெரும் விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்துவதே இதன் குறிக்கோளாகும்.



இந்த விழாவில் என்னுடைய மனைவி துர்காவதி ஸ்டாலின் அவர்கள் முதலாவதாக உடல் உறுப்புகளை தானம் செய்ய முன்வந்திருப்பதை பாராட்டுகிறேன்.

பெரும்பான்மையான மக்களுக்கு உடல் உறுப்புகளை தானம் அளிக்க விருப்பமிருந்தாலும், அதை எப்படி செய்வது என்பதை அறியாமல் இருக்கின்றனர். இதனால் மக்களிடையே விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்த 'மோட்' போன்ற இயக்கங்கள் உதவும். பல்லாயிரக்கணக்கான மக்கள் மாற்று உறுப்பு தேவை என்று காத்திருக்கும் நிலையில் அவர்களுக்கு உதவ இதுபோன்ற உடல் உறுப்புகளை தானம் செய்கின்ற இயக்கம் வளர வேண்டும்.

இனிவரும் காலங்களில் தமிழகத்திலுள்ள ஒவ்வொரு குடிமகனும், தங்கள் உறுப்புகளை தானம் செய்வதை கடமையாகக் கருத வேண்டும். உடல் உறுப்புகளை இழந்து வாடுபவர்களுக்கு தன்னுடைய உடல் உறுப்புகளை தானம் செய்து பல விலைமதிப்பற்ற உயிர்களை காக்க அனைவரும் முன்வர வேண்டும் என்று கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

எனக்கு முன்பாக எனது மனைவி உடல் உறுப்பு தானத்தை முதலாவதாக வழங்கி எனக்கு வழிகாட்டியுள்ளார். அவரை மனைவியாகப் பெற்றிருப்பதில் நான் மிகுந்த பெருமையடைகிறேன். எனது மனைவியைப் பின்பற்றி நானும் எனது உடல் உறுப்புகளை தானம் செய்வதற்கு முன்வந்துள்ளேன் என்பதை இந்த நேரத்தில் மகிழ்ச்சியுடன் தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்' என்று குறிப்பிட்டார்.

உடல் உறுப்புகள் தானம் செய்வது எப்படி?

கண்தானம், இரத்த தானம் குறித்த விழிப்புணர்வை போன்று உடல் உறுப்பு தானம் குறித்து பொதுமக்களிடம் விழிப்புணர்வு ஏற்படவில்லை. இந்தியாவில் தினமும் நடக்கும் விபத்துகளில், இறந்தவர்களின் உடல் உறுப்புகளை தானமாக பெற்றால், உறுப்புக்காக காத்திருக்கும் நோயாளிகள் உயிர் பிழைக்க வாய்ப்புண்டு.

இந்தியாவில் உடல் உறுப்புகளை வாங்குவதோ, விற்பதோ சட்டப்படி குற்றம். இதனால்தான் கடந்த 1994ம் ஆண்டு உடல் உறுப்புகள் பெறுவதற்குரிய சட்டத்தை அரசு இயற்றியது. இந்த சட்டத்தின் மூலம் உறுப்புகள் வேண்டியவர்கள், அரசின் உறுப்பு மாற்றும் அமைப்பில் பதிவு செய்ய வேண்டும். அவசர, அவசியம் கருதி தானமாகக் கிடைக்கும் உறுப்புகள் அந்த நோயாளிக்கு வழங்கப்படும்.

உறுப்புகளை தானம் அளிப்போரை பாதுகாக்கும் விதத்திலும், உறுப்புகளை முறையாக நீக்கி, பாரபட்சமின்றி வினியோகிப்பதை உறுதி செய்யும் விதத்திலும், தமிழக அரசால் வடிவமைக்கப்பட்ட முழுமையான சட்டம் இது.

அரசு சட்டம் இயற்றினாலும், உடல் உறுப்பு தானம் குறித்த விழிப்புணர்வு போதுமான அளவில் ஏற்படவில்லை. உடல் உறுப்புகள் தானம் குறித்த விழிப்புணர்வை போதுமான அளவில் ஏற்படுத்த தற்போது இயக்கம் துவக்கப்பட்டுள்ளது.

நோய்களால் பாதிக்கப்பட்டு இறப்பவர்களின் உடல் உறுப்புகள் கூட வேறு ஒருவருக்குப் பொருத்தலாம். எச்.ஐ.வி. தாக்கியவர்களின் உடல் உறுப்புகள் மட்டுமே பயன்படாது. உடல் உறுப்பு தானம் செய்ய வயது வித்தியாசம் கிடையாது. உறுப்புகளை உடலில் இருந்த எடுக்கும் செலவுகள், தானம் கொடுப்பவரின் குடும்பத்தைச் சேராது.

உடல் உறுப்புகள் தானம் செய்வதால் சம்பந்தப்பட்டவரின் குடும்பத்திற்கு பணம் எதுவும் கிடைக்காது. இந்தியாவில் மனித உடல் உறுப்புகளை வாங்குவதோ, விற்பதோ சட்டப்படி குற்றம்.

தானம் செய்யப்பட்ட உடல் உறுப்புகளை அறுவை சிகிச்சை மூலம் எடுக்கப்பட்ட பின்னர், உயிரற்ற அந்த உடலில் பெரிய அளவில் வித்தியாசம் ஏதும் தெரியாது. உறுப்புகளை தானமாகப் பெறுவோர், நீண்டகாலம் காத்திருக்கும் நிலை, இரத்தப் பிரிவு, திசு இயல்புகள் ஆகியவற்றின்படி தேர்ந்தெடுக்கப்படுகின்றனர். இந்தியாவில் ஆண்டிற்கு ஒரு இலட்சம் சிறுநீரக மாற்று அறுவை சிகிச்சை செய்ய வேண்டும். ஆனால் அவ்வளவு சிறுநீரகங்கள் இல்லை. 2.5 மில்லியன் அளவுக்கு இதய வால்வுகள் தேவைப்படுகின்றன.

தேவையான அளவு உடல் உறுப்புகள் கிடைக்காததால், உறுப்புகளைத் தானமாகப் பெறுவதற்கு காத்திருப்போர் பட்டியல் பெரியதாக உள்ளது. தானமளிப்போர் குறைவாக உள்ளதே இதற்குக் காரணம். இது குறித்த விழிப்புணர்வை பொதுமக்களிடம் ஏற்படுத்த வேண்டும்.

உடல் உறுப்புகள் தானம் தரும் விஷயத்தில் ஒரு சிக்கல் ஏற்படுகிறது. இறந்த பின், தானம் செய்தவர்களின் உறுப்புகளை அவர்களின் உறவினர்கள் எடுக்க விடுவதில்லை. இந்த வகையில், உடல் உறுப்பு தானம் செய்தவர்களில் 30 விழுக்காட்டினரின் உறுப்புகள் கிடைக்காமல் போயுள்ளன. இந்தப் பிரச்சனையைத் தவிர்க்க, ஒருவர் உடல் உறுப்பு தானம் செய்தவுடன், அவரது அந்த விருப்பத்தை நண்பர்கள் மற்றும் நெருங்கிய உறவினர்களிடம் தெரிவிக்க வேண்டும்.

உடல் உறுப்பு தானம் குறித்து மேலும் விபரங்களை 'மோட்' அமைப்பின் 044-22492288 என்ற தொலைபேசி எண்ணில் தொடர்பு கொண்டு அறியலாம்.

மக்கள் மனம் கவர்ந்த

ஓணம் என்பது வசந்த காலத்தில் வரும் அறுவடை கால பாரம்பரிய பண்டிகையாகும். இது மலையாளிகளின் முக்கியமான பண்டிகை யாகும். கேரளாவில் மட்டுமல்ல உலகெங்கும் வாழும் மலையாளிகள் ஒன்றுகூடிகொண்டாடும் ஒரு வைபவம்தான் இது. ஆவணி மாதத்தில் வரும் திருவோண நட்சத்திரமான ஓணம் வெகு சிறப்பாக கொண்டாடப்படுவது வழக்கம்.

ஓணம் எந்தக் கடவுளோடும் பொதுவாக தொடர்புப்படுத்திக் கொண்டாடப்படுவதில்லை என்பதால் கேரள மக்கள் அனைவருமே ஓணத்தை தங்கள் தேசியப் பண்டிகையாக மனமுவந்து கொண்டாடி மகிழ்கிறார்கள்.

கேரளாவின் அறுவடைத் திருவிழாவாகவும் கொண்டாடப்படுகிறது. மலையாள வருடத்தின் முதல் மாதமான சிங்கத்தின் முதல் நாளான ஹஸ்த நட்சத்திரத்தன்று துவங்கி பத்தாம் நாள் திருவோண நட்சத்திரம் வரை ஓணம் கொண்டாடப்படுகிறது.

ஓணம்பண்டிகைக்குஒருசுவாரஸ்யமானகதையும் உண்டு. கேரளாவை மகாபலி சக்கரவர்த்தி என்ற அரசன் ஆட்சி செய்து வந்தான். தன்னுடைய நாட்டின் மீதும், மக்கள் மீதும் மகாபலி சக்கரவர்த்தி மிகுந்த அன்பு வைத்திருந்தான். மேலும் தன்னை நாடி வந்தவர்களுக்கு எல்லாம் வாரித்தரும் வள்ளலாகவும் திகழ்ந்தான். அவனுடைய ஆட்சிக் காலத்தில் எந்த துன்பமும் இல்லாமல் மக்கள் மகிழ்ச்சியுடன் இருந்தனர்.

ஓணத்தின்போது கேரள மக்கள் புத்தாடை உடுத்தி, பூஜைகளுடன் பிரத்யோக உணவு வகைகளைத் தயாரித்து உண்பது முக்கியமான அம்சமாகும். ஓணத்தன்று 13 வகையான சைவ உணவு வகைகள் தயாரித்து வாழை இலையில் பரிமாறப்படுவது மரபு. இந்த ஓணம் உணவு மலையாளிகள் அல்லாதவர்கள் மத்தியிலும் பிரபலமானது.

ஓணம்

மகாபலி சக்கரவர்த்தியின் புகழ்பெருகுவதைவிரும்பாத தேவர்கள் விஷ்ணுவிடம் சென்று முறையிட்டனர். அதைத் தொடர்ந்து விஷ்ணு வாமன அவதாரம் எடுத்து மகாபலி அரசனை அழித்தார். மக்கள் மீது கொண்டிருந்த அளவற்ற அன்பால், ஒவ்வொரு ஆண்டும் தான் வந்து அவர்களை பார்க்க அனுமதிக்க வேண்டும் என்று மகாபலி மன்னன் கேட்டுக் கொண்டதற்கு இணங்க விஷ்ணுவும் அதற்கு சம்மதித்ததாகப் புராணங்கள் தெரிவிக்கின்றன.

ஒவ்வொரு ஆண்டும் மகாபலி சக்கரவர்த்தி கேரளாவுக்கு விஜயம் செய்யும் நாளாக ஓணம் திருநாள் கொண்டாடப்படுகிறது. மகாபலி மன்னனின் வருகைக்காக இந்த திருவிழா 10 தினங்கள் கொண்டாடப்படுகிறது. 'அத்தம்' என்று கூறப்படும் முதல் நாளில் இருந்தே மகாபலி சக்கரவர்த்தியின் வருகைக்காக வீட்டின் முன்பு மலர்களால் பூக்கோலம் போடுவார்கள். இது அத்தப்பூ கோலம் என்று அழைக்கப்படுகிறது. 10வது நாளான திருவோண தினம் கேரளாவில் உற்சாகமாகக் கொண்டாடப்படுகிறது. அன்றைய தினம் வீடுகளை அலங்கரித்து வைப்பார்கள்.

செண்ட என்றழைக்கப்படும் கேரள பாரம்பரிய மேள தாளத்துடன் பல்வேறு கலை நிகழ்ச்சிகளும், படகுப் போட்டி, வீரவிளையாட்டுகள் போன்றவைகளிலும் கேரள மக்கள் ஈடுபட்டு ஓணம் திருநாளை மகிழ்வுடன் கொண்டாடுவார்கள்.

சாதனைகள் படைக்க ஊனம் ஒரு தடையல்ல...

கல்பனா சாவ்லா விருது பெற்ற
செல்வி. ஆர். ராஜலட்சுமி

சங்கம் வைத்து தமிழ் வளர்த்த மதுரை மாவட்டத்தில் உள்ளது உசிலம்பட்டி. இந்த ஊரில் உள்ள மிகவும் பிற்படுத்தப்பட்ட விவசாயக் குடும்பத்தில் பிறந்தவர் ஆர். விஜயலட்சுமி. பெண் சிசுக்கொலைகள் அதிகம் நடைபெறும் உசிலம்பட்டியில் பிறந்த இவர் உடல் ஊனமுற்ற நிலையிலும் தடைகள் பல கடந்து மாற்றுத் திறனுடையோருக்கான விளையாட்டுப் போட்டிகளில் சாதனை படைத்து வருகிறார்.

கல்பனா சாவ்லா (1962 – 2003)
இந்தியாவில் ஹரியானாவில் பிறந்தவர். 1982ல் பஞ்சாப் பல்கலைக் கழகத்தில் வானூர்த்தி பொறியியல் பட்டம் பெற்றார். 1995ல் அமெரிக்காவில் உள்ள நாசா விண்வெளி வீரர் பயிற்சிக் குழுவில் சேர்ந்தார். 1997ல் முதல் விண்வெளிப் பயணம் மேற்கொண்டார். இதன் மூலம் விண்வெளி சென்ற முதல் இந்தியப் பெண் வீராங்களை என்ற பெருமையைப் பெற்றார்.

> "மாற்றுத் திறனுடையவர் களுக்காக நடத்தப்படும் ஒலிம்பிக் போட்டியில் கலந்து கொண்டு வெற்றி பெற வேண்டும் என்பதே எனது இலட்சியம்.

சென்னையில் சமீபத்தில் நடைபெற்ற சுதந்திர தின விழாவில் மாண்புமிகு தமிழக முதல்வர் டாக்டர் கலைஞர் அவர்களிடம் 'கல்பனா சாவ்லா' விருதும், ஐந்து இலட்சம் ரூபாய்க்கான காசோலையும் பெற்றுள்ளார். சாதனைகள் படைக்க ஊனம் ஒரு தடையல்ல என்பதற்கு எடுத்துக்காட்டாக திகழும் ஆர். விஜயலட்சுமி தனது கருத்துக்களை வாசகர்களுடன் பகிர்ந்து கொள்கிறார்.

உங்களின் சொந்த ஊர் மற்றும் பெற்றோர் குறித்து...

மதுரை மாவட்டம் உசிலம்பட்டிதான் எனது சொந்த ஊர். எனது குடும்பம் பிற்படுத்தப்பட்ட விவசாய குடும்பம் ஆகும். எனது தாத்தா சுதந்திரப் போராட்ட தியாகி மொக்கையன் என்கிற மொக்கைய வீரணன் ஆவார். எனது தந்தையார் பெயர் ராஜு, தாயார் பெயர் ஒச்சம்மாள். தந்தையார் காலமாகி விட்டார். அம்மா உசிலம்பட்டியில் சாதாரண டீக்கடை வைத்து உள்ளார். அதில் வரும் வருவாயைக் கொண்டு எங்கள் குடும்பத்தை நடத்தி வருகிறோம்.

உங்கள் படிப்பு குறித்து...

10ஆம் வகுப்பு வரை திருமங்கலத்திலும், 12ஆம் வகுப்பை உசிலம்பட்டி நாடார் சரஸ்வதி பள்ளியிலும், பசும்பொன்

முத்துராமலிங்க தேவர் கல்லூரியில் இளங்கலை வணிகவியல் படிப்பும், மதுரை சௌராஷ்டிரா கல்லூரியில் முதுகலை வணிகவியலும், மதுரை காமராஜர் பல்கலைக் கழகத்தில் எம்.பி.ஏ., ஆகிய படிப்புகளையும் படித்துள்ளேன். மேலும் கணிப்பொறி குறித்த படிப்பும் படித்துள்ளேன்.

சிறுவயதில் உங்களின் இலட்சியம்...

எனது ஐந்தாவது வயதில் ஏற்பட்ட போலியோ நோய் பாதிப்பால் வலது கால் முடமாகிப் போனது. இருந்தும் நான் சாதிக்க பிறந்தவள், தாயின் இலட்சியம் காக்கப் பிறந்தவள் என்ற எண்ணத்துடனே படிப்பில் கவனம் செலுத்தினேன்.

விளையாட்டில் உங்களுக்கு ஆர்வம் ஏற்பட்டது எப்போது...

பெண் என்பதற்காக பிறந்த உடனே கொல்லத் துடிப்பவர்களும், உடல் ஊனமுற்றவள் எனத் தெரிந்தவுடன் ஒதுக்க நினைத்தவர்களும் ஆச்சரியத்துடன் பார்க்க வேண்டும் என்றால் ஏதாவது சாதிக்க வேண்டும் என்று நினைத்தேன். அதற்கு ஏற்றத் துறையாக விளையாட்டைத் தேர்ந்தெடுத்தேன்.

விளையாட்டில் உங்களுக்கு ஊக்கம் கொடுத்த நிகழ்ச்சி...

நான் படித்த கல்லூரியில் உள்ள மைதானங்களில் என்னை விட உடல் ஊனமுற்றவர்கள் பல்வேறு விளையாட்டுகளில் கலந்து கொள்வதை காண நேரிடும். என்னாலும் போட்டிகளில் கலந்து கொள்ள முடியும் என்று உறுதியுடன், மதுரை மாவட்ட உடல் ஊனமுற்றோர் சங்கத்தில் உறுப்பினராக சேர்ந்து, அச்சங்கத்தின் உதவியுடன் தட்டு எறிதல், ஈட்டி எறிதல், குண்டு எறிதல் போன்ற விளையாட்டுகளில் பயிற்சி பெற்று, போட்டிகளில் கலந்து கொள்ளத் துவங்கினேன்.

நீங்கள் கலந்து கொண்ட போட்டிகள் குறித்து...

முதன் முதலாக சென்னையில் நடைபெற்ற சைக்கிள் போட்டியில் கலந்து கொண்டேன். ஆனால் அதில் வெற்றி பெற இயலவில்லை. எனினும் மனம் தளராமல் தொடர்ந்து பயிற்சி பெற்றேன். இந்நிலையில் பெங்களூரில் உள்ள ஊனமுற்றோருக்கான பாரா ஒலிம்பிக் கமிட்டி நடத்திய போட்டிகளில் பங்கேற்க எனக்கு வாய்ப்பு கிடைத்தது. அதில் குண்டு எறிதலில் தங்கப் பதக்கமும், சைக்கிள் போட்டி மற்றும் ஈட்டி எறிதலில் வெள்ளிப் பதக்கங்களும் கிடைத்தன. பின்னர் பல்வேறு போட்டிகளில் கலந்து கொண்டு பதக்கங்கள் வென்றுள்ளேன்.

கல்பனா சாவ்லா விருது பெற்றது குறித்து...

என்னைப் போன்றவர்களை ஊக்குவிக்கும் வகையில் தமிழக அரசால் வழங்கப்பட்டு வரும் கல்பனா சாவ்லா விருதை இவ்வாண்டு மாண்புமிகு தமிழக முதல்வர் டாக்டர் கலைஞர் அவர்களிடமிருந்து நான் பெற்றது எனக்கு மிகவும் மகிழ்ச்சியான ஒன்றாகும். அவருக்கு எனது நன்றியை தெரிவித்துக் கொள்கிறேன். இதுபோன்ற விருதுகள் எங்களைப் போன்ற வர்களுக்கு மிகுந்த உதவிகரமாகவும், ஊக்க மளிப்பதாகவும் உள்ளது.

உங்களின் எதிர்கால இலட்சியம்...

பெண் சிசுக்கொலை அதிகம் நடப்பதாக கூறப்படும் உசிலம்பட்டி பகுதியில் இருந்துதான் நானும் வந்துள்ளேன். அப்பகுதியில் உள்ள மக்களுக்கு விழிப்புணர்வு ஏற்படுத்தும் வகையில் பல்வேறு முயற்சிகளை மேற் கொண்டுள்ளேன். எனது முயற்சிக்கு பொரு ளாதாரம் ஒரு குறையாக உள்ளது. எனக்கு

மத்திய மாநில அரசுகள் உதவினால் என்னால் மேலும் சிறப்பாக செயல்பட முடியும். எனக்கு உடலளவில்தான் ஊனம், மனதளவில் எனது ஊனம் குறித்து நான் ஒருபோதும் நினைத்துப் பார்ப்பதில்லை. அதனால் தான் என்னால் இவ்வளவு சாதனைகளைப் படைக்க முடிந்தது.

மாவட்ட வாரியாக நடைபெற்று வரும் விற்பனைக் கண்காட்சியின் அட்டவணை கீழ்வருமாறு

மாவட்டம்	முதல் – வரை	இடம்	தொடர்புக்கு
திருநெல்வேலி	24.08.2009 24.09.2009	காந்திபுரம் மைதானம்	9445034224 9500489299
சேலம்	01.09.2009 30.09.2009	போஸ் மைதானம்	9443026702 934447785
சிவகங்கை	08.09.2009 07.10.2009	கண்ணதாசன் மணி மண்டப மைதானம்	9865281704 9443596051
புதுக்கோட்டை	14.09.2009 3-10-2009	DSMS வணிக வளாக மைதானம்	9842509569 9443208599
திருச்சி	14.09.2009 13.10.2009	புனித ஜோசப் கல்லூரி மைதானம்	9245210919
திருவாரூர்	15.09.2009 14.10.2009	ஐஸ்வர்ய மகால்	9445034215
திண்டுக்கல்	15.09.2009 15.10.2009	தரகு மண்டி குமாஸ்தாக்கள் கல்யாண மண்டபம்	9994480380
திருவள்ளூர்	15.09.2009 15.10.2009	திறந்த வெளி மைதானம், TI சைக்கிள் தொழிற்சாலை அருகில், அம்பத்தூர்	9382336702
திருவண்ணாமலை	15.09.2009 14.10.2009	திறந்த வெளி மைதானம், கோவில் அருகில்	9444291224 9751643185
தேனி	15.09.2009 16.10.2009	NRT கல்யாண மண்டபம்	9842708845
சென்னை	16.09.2009 10.10.2009	ஸ்ரீ கற்பகாம்பாள் திருமண மண்டபம், மயிலாப்பூர் வேலூர் லட்சுமி அம்மாள் கல்யாண மண்டபம், மயிலாப்பூர்	9445034102
கரூர்	16.09.2009 15.10.2009	ராணி சீதை மண்டபம்	9994719656 9790555171
கோயமுத்தூர்	16.09.2009 15.10.2009	திறந்த வெளி மைதானம், மத்திய பேருந்து நிலையம் அருகில்	9445034109
நாமக்கல்	16.09.2009 15.10.2009	கொங்கு சமுதாயக் கூடம்	9443577307 9965596590
வேலூர்	16.09.2009 15.10.2009	பூமாலை வணிக வளாகம்	9445034236 9790565560
தஞ்சாவூர்	17.09.2009 16.10.2009	RK கல்யாண மண்டபம், கும்பகோணம்	9445034202 9994287333
பெரம்பலூர்	18.09.2009 17.10.2009	முத்துக்கோனார் திருமண மண்டபம்	9445034169 9843190666
அரியலூர்	18.09.2009 17.10.2009	அன்ன லட்சுமி கல்யாண மண்டபம்	9842087508 9443159142
இராமநாதபுரம்	19.09.2009 18.10.2009	தனலட்சுமி கல்யாண மண்டபம், இராமேஸ்வரம்	9367150299 9942183837
தூத்துக்குடி	19.09.2009 18.10.2009	நகராட்சி திருமண மண்டபம், சிவன் கோயில் அருகில்	94451483321 9486212962
விழுப்புரம்	19.09.2009 18.10.2009	குரு கல்யாண மண்டபம்	9245408294 9486070310

வணிகம்

அலங்காரத் தட்டுகள்
ஸ்ரீ மகளிர் சுய உதவிக் குழு
எல்லையம்மன் கோவில் தெரு,
தஞ்சாவூர்
செல்பேசி : 93442 99131

அழகிய பொம்மைகள்
சந்தனத் தமிழ் மகளிர் சுய உதவிக் குழு
புதுப்பட்டிணம், தஞ்சாவூர்
செல்பேசி : 97919 48666

நாகரீக ஆபரணங்கள்
கருப்பனூர் மகளிர் சுய உதவிக் குழு
ஆண்டிப்பட்டி, சேலம்
செல்பேசி : 98948 23626

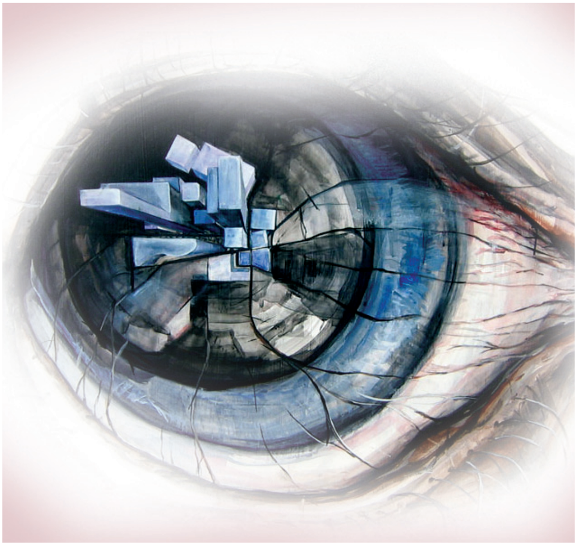
மனங்கவரும் பரிசுப் பொருட்கள்
துளசி மகளிர் சுய உதவிக் குழு
பழைய காயல், ஸ்ரீவைகுண்டம்,
தூத்துக்குடி
செல்பேசி : 94420 53646

விருதுநகர்	19.09.2009 18.10.2009	அம்மன் கோவில் திடல்	9445034249 9865459842
காஞ்சிபுரம்	20.09.2009 20.10.2009	நகரவை உயர்நிலைப் பள்ளி, சேலையூர்	9443874438 9865653666
ஈரோடு	20.09.2009 18.10.2009	மாநகராட்சி கல்யாண மண்டபம்	9443928565 9976661825
தர்மபுரி	23.09.2009 22.10.2009	வெள்ளாளர் திடல்	9655544439 9443878141
கன்னியாகுமரி	25.09.2009 24.10.2009	நாகராஜர் கோவில் மைதானம், ராஜக்காமங்கலம்	9442829886 9486163969
கிருஷ்ணகிரி	25.09.2009 24.10.2009	ஆந்திரா சமிதி, ஹோசூர்	9445034147
திருப்பூர்	25.09.2009 25.10.2009	பெருமாள் கோவில் திடல், பேருந்து நிலையம் அருகில்	9942945667
கடலூர்	25.09.2009 24.10.2009	டவுன் ஹால்	9445034113
மதுரை	26.09.2009 25.10.2009	மீனாட்சி அம்மன் கோவில் புது மண்டபம்	9865450904
நாகப்பட்டினம்	18.10.2009 18.11.2009	துலா உட்சவம், மயிலாடுதுறை	9444295888

ஏற்றம்!

மோதாமல் திறக்கத்தான் நினைக்கிறோம்
சுய விலங்குகள் சூழ்ந்த – எங்கள்
சிந்தனையை விரிக்கத் தெரியாததால்...
முட்டித் தான் திறக்கிறோம் தினம்
கவலையில் மூழ்கிக் கொண்டிருக்கும் – எங்கள்
முழுச் சிறகையும் மனதுக்குள்...
முயன்றால் வெற்றி உன் வழிகளில்!
நடந்தால் பாதைகள் சுருங்கும்!
பயணம் புது உலகை விளக்கும்!
வா முன்னே நடப்போம் முன்னேற...!

டி. எஸ். பரணி
சென்னை – 78.



பாரதி கண்ட கனவு!

வீட்டினிலே அடைந்திருந்த
விட்டில் பூச்சிகளாய்
வீழ்ந்திருந்த மங்கையர் எல்லாம்
சங்கமித்தது மகளிர் குழுக்களாய்!
பெண் என்றதும் எட்டிப் பார்க்கும்
ஏளனங்கள் பலரது பார்வையில்
ஆதரவற்று நின்றிருந்த பெண்களின்
முன்னேற்றம் இன்று சாதனைகளாய்!
மூலையிலே முடங்கிக் கிடந்த
மகளிர் திறமைகளை எல்லாம்
இன்று தட்டி எழுப்பிடும்
மகளிர் திட்டமே நீ வாழ்க!

பி. கோமதி
வெற்றி மகளிர் குழு
கம்மசமுத்திரம்,
வேலூர் மாவட்டம்.

எங்கள் முற்றம்!

வண்ண வண்ண வானவில்லின்
கோலங்களை பூக்களாக்கி
மணக்குதம்மா எங்கள் முற்றம்!
வனிதையர் பெற்ற வெற்றிகளை
வர்ணிக்கும் வண்ணமய
பெட்டகமே எங்கள் முற்றம்!
வண்ணத் தமிழ் மங்கையரின்
வாழ்வினுக்கோர் ஏணியாகி
விளங்குதம்மா எங்கள் முற்றம்!
வண்ணமிகு முற்றத்தை
மங்காத மாணிக்கம் என
போற்றிடுவோம் வாழ்த்திடுவோம்!

வெ. சுகுணா
தேவனூர்புதூர்,
கோவை மாவட்டம்.

வாழ்ந்து காட்டுவோம்

வெல்லப் போவது நிச்சயம் »28

திட்ட விழிப்புணர்வு கலை நிகழ்ச்சி »30

மனமார்ந்த நன்றி »31

ஊரக வளர்ச்சி மற்றும் ஊராட்சித் துறை

மாற்றுத் திறனுடையவருக்கு கறவை மாடு வாங்குவதற்கான கடனுதவி

நலிவுற்றோர் மற்றும் ஊனமுற்றோருக்கு தொழில் செய்து பொருளாதார வளர்ச்சி அடைவதற்காக வறுமை ஒழிப்பு சங்கம் பல்வேறு உதவிகளைச் செய்து வருகிறது. அகிலாண்டபுரம் ஊராட்சியில் சின்னத்தாய் என்ற மாற்றுத் திறனுடையவருக்கு 10 ஆயிரம் ரூபாய் கிராம வறுமை ஒழிப்புச் சங்கத்தின் மூலம் கடனாக வழங்கப்பட்டது. அவர் தன் பங்காக ரூ. 4 ஆயிரம் சேர்த்து ரூ. 14 ஆயிரத்திற்கு கறவை மாடு வாங்கி வளர்த்து வருகிறார். தற்பொழுது தினமும் சராசரியாக 10 லிட்டர் பால் கறந்து விற்பனை செய்து மாதம் ஒன்றுக்கு ரூ. 3600/– வருமானம் ஈட்டுகிறார். இதன் மூலம் வாழ்க்கையில் தன்னம்பிக்கை ஏற்பட்டுள்ளதாக மகிழ்ச்சியுடன் கூறுகிறார்.

வாழ்ந்து காட்டுவோம்...
வாழ்ந்து காட்டுவோம்...
வாருங்கள்!
நாம் வளமாய் வாழ
வழிகள் இருக்கு
நம்புங்கள்!
எல்லாம் தலைவிதி
என்ற எண்ணம்
மாற்றுங்கள்!
கைத்தொழில் ஒன்றை
கற்றுக் கொள்வோம்
வாருங்கள்!
குழுவாய் இணைந்து
தொழில் தொடங்கி
பாருங்கள்!
வறுமையை ஒழித்து
வளர்ச்சிப் பாதையில்
செல்லுங்கள்!
முயன்றால் முடியும்
நம்மால் முடியும்
நம்புங்கள்!

முருகன், அணித்தலைவர்
இராமநாதபுரம் மாவட்டம்.

> கிராம வறுமை ஒழிப்புச் சங்கம் மூலமும், வெளிநாடுகளுக்கு செல் வதற்கான செலவுகளை வங்கி மூலமும் பெறுவதற்கு ஏற்பாடுகள் செய்யப்படுகிறது. இதுவரை பயிற்சி முடித்த 29 இளைஞர்களுக்கு சான்றிதழ்கள் வழங்கப்பட்டன.

வெளிநாடுகளில் வேலைவாய்ப்பு

வசதி படைத்தவர்களும், படித்தவர்களும் மட்டுமே வெளிநாடுகளில் வேலைவாய்ப்பு பெற முடியும் என்ற நிலையை மாற்றியுள்ளது தூத்துக்குடி மாவட்ட வாழ்ந்து காட்டுவோம் திட்டம். கிராமப்புறங்களில் 8 முதல் 12ஆம் வகுப்பு வரை படித்து முடித்து விட்டு கிராமமே வாழ்க்கை என்று நினைத்துக் கொண்டிருந்த இளைஞர்களை தேர்வு செய்து ஒயரிங், பிளம்பிங், கொத்தனார், எலக்ட்ரிசியன் போன்ற பயிற்சிகள் இரண்டு மாதங்கள் கொடுக்கப்பட்டன. சிறப்பாக பயிற்சி முடித்த இளைஞர்களை தேர்வு செய்து வெளி நாடுகளில் வேலை பெறும் வாய்ப்பு உருவாக்கிக் கொடுக்கப்படுகிறது. பயிற்சிக்கான செலவுகள் கிராம வறுமை ஒழிப்புச் சங்கம் மூலமும், வெளிநாடுகளுக்கு செல்வதற்கான செலவுகளை வங்கி மூலமும் பெறுவதற்கு ஏற்பாடுகள் செய்யப்படுகிறது. இதுவரை பயிற்சி முடித்த 29 இளைஞர்களுக்கு சான்றிதழ்கள் வழங்கப்பட்டன. அவர்கள் தற்போது துபாயில் பணி புரிந்து வருகின்றனர்.

ஆயத்த ஆடை தயாரிப்பு பயிற்சி

புதூர் ஒன்றியம் எல்.வி.புரம் ஊராட்சியில் இலக்கு மக்கள் பட்டியலில் உள்ள 20 குடும்பங்கள் தொழில் குழுவாக இணைந்து ஆயத்த ஆடை தயாரிப்பு பயிற்சியில் ஈடுபட்டுள்ளனர். தொழில் குழு சங்க பதிவுச் சட்டத்தின் கீழ் பதிவு செய்யப்பட்டுள்ளது. 3 மாத பயிற்சியை முடித்து 4 இலட்சம் மதிப்பில் தொழில் செய்வதற்கு திட்டம் தீட்டியுள்ளனர். தங்கள் சொந்த முதலீடாக ரூ. 40 ஆயிரமும், வங்கிக் கடனாக ரூ. 2 இலட்சமும், வாழ்ந்து காட்டுவோம் திட்ட நிதியாக ரூ. 1 இலட்சத்து 60 ஆயிரமும் பெற்று தொழில் தொடங்குவதன் மூலம் உற்பத்தியாகும் ஆடைகளை தாங்களே நேரடியாகச் சென்று விற்பனை செய்யவும் தயாராக உள்ளனர்.

திட்ட விழிப்புணர்வு கலை நிகழ்ச்சி

> ஒட்டப்பிடாரத்தில் உள்ள அனைத்து ஊராட்சிகள் மற்றும் குக்கிராமங்களிலும் இந்நிகழ்ச்சியின் மூலம் விழிப்புணர்வு அளிக்கப்பட்டது.

கிராமப்புறங்களில் கலை நிகழ்ச்சிகள் மூலம் திட்டங்களை கூறும் பொழுது எளிதில் புரிந்து கொள்வார்கள் எனபதற்காக ஒட்டப்பிடாரம் ஒன்றியத்தில் திட்ட அறிமுக கலை நிகழ்ச்சி நடைபெற்றது. திட்ட பாடல்கள், நாடகம், பறை ஆட்டம், களியல் ஆட்டம், ஒயிலாட்டம் மூலம் மக்களுக்கு திட்டம் பற்றிய விழிப்புணர்வு அளிக்கப்பட்டது. ஒட்டப்பிடாரத்தில் உள்ள அனைத்து ஊராட்சிகள் மற்றும் குக்கிராமங்களிலும் இந்நிகழ்ச்சியின் மூலம் விழிப்புணர்வு அளிக்கப்பட்டது.

தொழில் முனைவோர்களாக மாறிய கூலித் தொழிலாளர்கள்

லெட்சுமிபுரம் என்றாலே நினைவுக்கு வருவது அங்கு நடைபெறும் கரிமூட்டம் தொழில்தான். தொழில் திறமை இருந்தாலும் முதலீடும், வழிகாட்டுதல்களும் இல்லாமல் காலம் காலமாக கூலி வேலை செய்து கொண்டிருந்த தொழிலாளர்களை பல்வேறு பயிற்சிகளும், விவாதங்களும் சிந்திக்க வைத்தது. நீண்ட சிந்தனைக்கு பிறகு கூட்டாக சேர்ந்து கரிமூட்டம் தொழில் செய்ய வேண்டும் என்ற உறுதியோடு 15 நபர்கள் இணைந்து கரிமூட்டம் தொழில் குழுவாக பதிவு செய்தனர். பின்னர் தொழில் திட்டம் தயாரித்து ரூ. ஒரு இலட்சத்து 46 ஆயிரம் முதலீடு செய்யத் திட்டமிட்டனர். தங்களது பங்குத் தொகையாக ரூ. 15 ஆயிரமும், வாழ்ந்து காட்டுவோம் நிதி யாக ரூ. 58,416/–ம், வங்கிக் கடனாக ரூ. 73,020/–ம் பெற்று தற்போது சிறப்பாக தொழில் செய்து கொண்டிருக்கின்றனர். அன்றாடம் வேலை செய்வதற்கான கூலி போக ஒவ்வொருவருக்கும் மாதம் ஒன்றுக்கு இலாபமாக ஆயிரம் ரூபாய் வரை கிடைக்கும் என்ற நம்பிக்கையில் தொழில் செய்து கொண்டிருக்கிறார்கள்.

சுழல் நிதியில் தலையணை தயாரித்தல் தொழில்

இளையரசனேந்தல் பகுதி முக்கூட்டு மலையை சேர்ந்த ரஜினிகாந்த் – ராஜேஸ்வரி தம்பதியினர் தலையணை தயாரிக்கும் தொழிலில் தேர்ச்சி பெற்றவர்கள் என்றாலும், சொந்தமாகத் தொழில் செய்வதற்கு பண வசதி இல்லை. கடன் தருவதற்கோ உதவி செய்வதற்கோ ஒருவரும் முன்வரவில்லை. தலைவிதி இதுதான் என்று நினைத்தவர்களுக்கு வழிகாட்டியது வாழ்ந்து காட்டுவோம் திட்டம். அந்த சமயத்தில் ராஜேஸ்வரி உறுப்பினராக உள்ள சுய உதவிக் குழுவிற்கு சுழல் நிதி கிடைத்திருப்பதாகவும், அதில் இருந்து கடன் பெற்று தொழில் செய்யலாம் என்றும் கேள்விபட்டு, கடன் கோரி குழுவிற்கு விண்ணப்பம் செய்தார். குழு உறுப்பினர்கள் ரூ. 15 ஆயிரம் கடன் கொடுத்து தொழிலை ஆரம்பிக்க உதவினார்கள். இவர்கள் தயாரிக்கும் தலையணையின் தரம் பார்த்து கடை உரிமை யாளர்கள் போட்டிபோட்டு வாங்குகிறார்கள், மாதம் ஒன்றுக்கு சராசரியாக ரூ. 4 ஆயிரம் சம்பாதிக்கிறார்கள்.

குழு உறுப்பினர்கள் ரூ. 15 ஆயிரம் கடன் கொடுத்து தொழிலை ஆரம்பிக்க உதவினார்கள். இவர்கள் தயாரிக்கும் தலையணையின் தரம் பார்த்து கடை உரிமையாளர்கள் போட்டி போட்டு வாங்குகிறார்கள்,

“கிராம வறுமை ஒழிப்புச் சங்கம் மூலம் ஓட்டுநர் உரிமம் பெற்றேன். நான் இப்போது வேன் ஓட்டுநராக பணியாற்றி, மாதம் ரூ. 3000/– சம்பாதிக்கிறேன்.”

மனமார்ந்த நன்றி

என் பெயர் ஸ்ரீனிவாசன், நான் அம்மாவுடன் சின்னனூர் கிராமத்தில் வசித்து வருகிறேன். எனது தந்தை காலமானதால் எனது குடும்பத்தில் என் அம்மா மட்டுமே வருமானம் ஈட்டி வருகிறார்கள். போதிய வருமானம் இல்லாத காரணத்தினால் மிகவும் சிரமப்பட்டு வாழ்க்கை நடத்தி வந்தோம். இந்த சூழ்நிலையில் நான் விளாத்திக்குளம் கிராம வறுமை ஒழிப்புச் சங்கம் மூலம் அழகர்சாமி வாகனம் ஓட்டுநர் பயிற்சிப் பள்ளியில் ஓட்டுநர் பயிற்சி மேற்கொண்டேன்.

கிராம வறுமை ஒழிப்புச் சங்கம் மூலம் ஓட்டுநர் உரிமம் பெற்றேன். நான் இப்போது வேன் ஓட்டுநராக பணியாற்றி, மாதம் ரூ. 3000/– சம்பாதிக்கிறேன். இப்போது நானும் என் அம்மாவும் சந்தோஷமாக இருக்கிறோம். என்னை வழி நடத்திய கிராம வறுமை ஒழிப்புச் சங்கத்திற்கும், அது உருவாக காரணமாக இருந்த வாழ்ந்து காட்டுவோம் திட்டத்திற்கும் என் மனமார்ந்த நன்றி.

கௌரவமா வாழுறமே இப்போ!

நாங்க நேத்துவர சும்மாதான் இருந்தோம்! – இப்போ
நேரம் வந்து கூடிப்போச்சு சாதிச்சோம்!

கூலி வேலைக்கு போய்க்கிட்டு குறைஞ்ச கூலி வாங்கிக்கிட்டு
பெண்களெல்லாம் கஷ்டப்பட்டோம் அப்போ;
குழுவாக சேந்துக்கிட்டு சிறு தொழில் செய்துக்கிட்டு
வறுமையை குறைச்சுப்புட்டோம் இப்போ! – (நாங்க)

படிச்சு முடிச்சுப்புட்டு வேலவெட்டி இல்லாம
ஊரச் சுத்துன காலமெல்லாம் அப்போ;
இளைஞரெல்லாம் ஒண்ணா கூடி திறன வளத்துக்கிட்டு
வேலைக்கு போகுறமே இப்போ! – (நாங்க)

கந்துவட்டி கடன் வாங்கி வாழ்க்கைய தள்ளிக்கிட்டு
வறுமையோட கஷ்டப்பட்டோம் அப்போ;
கூட்டமைப்பு வச்சுக்கிட்டு கூடித் தொழில் செஞ்சிக்கிட்டு
கௌரவமா வாழுறமே இப்போ! – (நாங்க)

ஏழை ஏழை என்று சொல்லி ஏச்சுப்பேச்சு வாங்கிக்கிட்டு
ஏமாந்த காலமெல்லாம் அப்போ;
வாழ்ந்து காட்டுவோம் திட்டத்துல வறுமை ஒழிப்பு சங்கத்தாலே
தலைநிமிர்ந்து வாழுறமே இப்போ! – (நாங்க)

முருகன், அணித்தலைவர்
இராமநாதபுரம் மாவட்டம்.

Published by S. CHINNAPPAN, on behalf of Mutram Society from Tamilnadu Corporation for Development of Women Ltd., 100, Anna Salai, Guindy, Chennai - 600 032. (77,500 copies circulated) an printed by C. JABAMANI. CANAAN PRESS PRIVATE LTD., 62/1, Peter's Road, Royapettah, Chennai - 600 014. Editor : S. CHINNAPPAN.

விளம்பரக் கட்டணம் (கலர்)

பின் அட்டை	ரூ. 25,000/-
அட்டை இரண்டாம் பக்கம்	ரூ. 20,000/-
அட்டை மூன்றாம் பக்கம்	ரூ. 20,000/-
உட் பக்கம்	ரூ. 20,000/-
அரைப் பக்கம்	ரூ. 10,000/-
கால் பக்கம்	ரூ. 5,000/-

(விளம்பரக் கட்டணத்தில் குழுக்களுக்கு மட்டும் சிறப்புச் சலுகை)

சந்தாக் கட்டணம்

1 ஆண்டு சந்தா	ரூ. 100/-
2 ஆண்டு சந்தா	ரூ. 150/-
3 ஆண்டு சந்தா	ரூ. 250/-
4 ஆண்டு சந்தா	ரூ. 300/-
ஆயுள் சந்தா	ரூ. 600/-
புரவலர் கட்டணம்	ரூ. 15,000/-

“முற்றம்” மகளிர் மாத இதழ் www.tamilnaduwomen.org/mutram

தமிழ்நாடு மகளிர் நல மேம்பாட்டு நிறுவனம்
(தமிழ்நாடு அரசு நிறுவனம்)
100 அண்ணாசாலை, கிண்டி, சென்னை - 600 032

தொலைபேசி - 044 - 2230 1801, 4202 7635
4208 5806, நிகரி - 044 - 22352751
wdcmutram@yahoo.com, wdcmutram@gmail.com

RNI No. TNTAM/1999/02733-TAMILNADU MAKLIR MAMPATTU MURTRAM R.DIS 2282/2004
Reg. No. TN/CC(S)Dn./64/09-11 & Licensed to Post Order without Prepayment No. 564 / 09 - 11

நிர்மல் கிராம புரஸ்கார்

மத்திய அரசு

ஊராட்சிக்கு நல்விருது

- பொதுமக்களிடையே சுகாதார பழக்க வழக்கங்களின் முக்கியத்துவம் குறித்து விழிப்புணர்வு ஏற்படுத்தவும், அதன் மூலம் தனிநபர் இல்ல கழிவறை கட்டுவதை ஊக்கப்படுத்தவும், 01-04-1999 முதல் முழு சுகாதா இயக்கம் செயல்படுத்தப்பட்டு வருகிறது. இத்திட்டத்தின் கீழ் தனிநபர் இல்லக் கழிப்பறைகள், பள்ளிகள் மற்றும் அங்கன்வாடி கழிப்பறைகள் கட்டப்பட்டு வருகின்றன.

- மேற்படி திட்டத்திற்கு வலு சேர்க்கும் வகையில் முழு சுகாதாரம், தூய்மையான சுற்றுச்சூழல் மற்றும் திறந்தவெளியில் மலம் கழித்தல் இல்லாத கிராம ஊராட்சிகள், வட்டார ஊராட்சிகள் மற்றும் மாவட்டங்களுக்கு ஊக்கம் தரும் வகையில் 'நிர்மல் கிராம புரஸ்கார்' என்ற விருது குடியரசுத் தலைவர் மூலம் 2003ஆம் ஆண்டு முதல் தேசிய அளவில் வழங்கப்பட்டு வருகிறது. ஊராட்சிகளில் மக்கள் தொகையை பொறுத்து ரூ. 50,000/- முதல் ரூ. 5 இலட்சம் வரை ஊராட்சிகளுக்கு ரொக்கப் பரிசு அளித்து வருகிறது.

- தமிழ்நாட்டில் 2004 - 05 ஆம் ஆண்டில் 12 கிராம ஊராட்சிகளும் மற்றும் 1 வட்டார ஊராட்சியும், 2005-06ஆம் ஆண்டில் 119 கிராம ஊராட்சிகளும், 2006-07ஆம் ஆண்டில் 296 கிராம ஊராட்சிகளும், 2007-08ஆம் ஆண்டில் 1,474 கிராம ஊராட்சிகளும் மேற்படி மதிப்புமிக்க விருதினைப் பெற்றுள்ளன

2007-08 ஆம் ஆண்டில், அதிக எண்ணிக்கையில் நிர்மல் கிராம புரஸ்கார் விருதுகளைப் பெற்று தமிழ்நாடு இரண்டாம் இடத்தைப் பெற்றுள்ளது.

ஊரக வளர்ச்சி மற்றும் ஊராட்சித் துறை, தமிழ்நாடு அரசு.